

## 献立表(デイケア)

【昼食】令和6年11月11日～令和6年11月15日

	料理名	栄養量目安
月	<u>◇旅するランチ～イタリア～</u>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○バターライス</li> <li>○赤魚のアクアパッツア</li> <li>○ポテトサラダ</li> <li>○卵豆腐</li> <li>○キウイフルーツ</li> <li>○野菜を食べるスープ</li> </ul> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">                     おやつ ぶどうゼリー                 </div>	[エネルギー] 626 Kcal [たんぱく質] 23.7 g [脂質] 21.2 g [炭水化物] 85.1 g [塩分] 3.4 g
火	<u>◇三色丼御膳</u>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○三色丼</li> <li>○キャベツとツナのドレッシング和え</li> <li>○ヤクルト</li> <li>○塩豚汁</li> <li>○ゼリー</li> </ul> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">                     おやつ フルーチェ                 </div>	[エネルギー] 736 Kcal [たんぱく質] 25.9 g [脂質] 25.0 g [炭水化物] 105.6 g [塩分] 2.6 g
水	<u>◇肉じゃが定食</u>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○米飯</li> <li>○肉じゃが</li> <li>○豆腐の味噌田楽</li> <li>○松前漬</li> <li>○野菜を食べるスープ</li> <li>○おけさ柿</li> </ul> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">                     おやつ 白い風船                 </div>	[エネルギー] 674 Kcal [たんぱく質] 23.6 g [脂質] 20.4 g [炭水化物] 103.4 g [塩分] 3.2 g
木	<u>◇お店のビーフカレー</u>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ビーフカレー</li> <li>○卵とブロッコリーのサラダ</li> <li>○乳酸菌飲料</li> <li>○デザート</li> <li>○コンソメスープ</li> </ul> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">                     おやつ キウイゼリー                 </div>	[エネルギー] 747 Kcal [たんぱく質] 20.4 g [脂質] 28.8 g [炭水化物] 106.6 g [塩分] 3.0 g
金	<u>◇鶏そうめん定食</u>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○鶏そうめん</li> <li>○コロケ</li> <li>○大根サラダ</li> <li>○俵おにぎり</li> <li>○バナナ</li> </ul> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">                     おやつ 吹雪饅頭                 </div>	[エネルギー] 749 Kcal [たんぱく質] 22.6 g [脂質] 20.9 g [炭水化物] 143.6 g [塩分] 2.7 g

※都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

### 今週の食品 おけさ柿 について

おけさ柿は、その深い色合いと繊細な甘味で知られています。栄養価が高く、健康に良いとされています。おけさ柿はビタミンAやビタミンC、そしてカリウムなどのミネラルを豊富に含んでいます。これらは免疫機能を支えたり、肌の健康維持にも重要な役割を担い、体の各組織の正常な機能維持にも必要です。