


[なごみショートステイ9月 献立表]

調布市知的障害者援護施設なごみ
2024年 9月

日	朝食	昼食	おやつ	夕食	栄養価
29 (日)	米飯 オムレツ&ひじき みそ汁(玉葱) 牛乳 	スパゲティクリームソース コールスローサラダ ミネストローネ 	豆乳飲料 	チャーハン シュウマイ キャベツサラダ かきたま汁 	エネルギー - 1896 kcal 白質 76.4 g 脂質 56.9 g 食塩 9.0 g
	エネルギー - 574 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 14.1 g 食塩 2.5 g	エネルギー - 719 kcal 蛋白質 33.0 g 脂質 25.7 g 食塩 3.2 g		エネルギー - 603 kcal 蛋白質 脂質 17.1 g 食塩 3.3 g	
30 (月)	米飯 玉子焼き&おかか和え みそ汁 牛乳 	米飯 ふりかけ 白身魚フライ ハムサラダ みそ汁 なす 	黒糖ろーるけーき 	米飯 鶏の山椒煮 納豆 みそ汁 ソファール元気 	エネルギー - 1905 kcal 白質 84.2 g 脂質 44.2 g 食塩 8.7 g
	エネルギー - 548 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 11.2 g 食塩 2.4 g	エネルギー - 707 kcal 蛋白質 25.2 g 脂質 20.9 g 食塩 3.5 g		エネルギー - 650 kcal 蛋白質 36.8 g 脂質 12.1 g 食塩 2.8 g	

非常食体験

台風や大雨、かみなり、地震など災害による停電、断水などライフラインの非常時のために
備蓄している食品があります。
防災通間で、実際に手にして食べてみましょう。
給食で「けんちん汁」と
「えいようかん」をお出しします。



お月見デザート

9月17日は中秋の名月 お月見です。
お月見デザートで季節を味わいましょう。

