

ひまわりのお昼ご飯（4月27日～5月1日）

ひまわり通所／ひまわり放課後等デイサービス 共通

月曜日 4月27日

さわら塩焼 根菜煮 お漬物 白米 お味噌汁

エネルギー：650Kcal たんぱく：30.0g 脂質：14.1g 塩分：2.9g

火曜日 4月28日

肉団子酢豚 オムレツ お漬物 白米 中華スープ

エネルギー：783Kcal たんぱく：21.5g 脂質：21.5g 塩分：2.8g

水曜日 4月29日

おやすみ

木曜日 4月30日

とんかつ 辛し和え お漬物 白米 お味噌汁

エネルギー：756Kcal たんぱく：22.8g 脂質：19.7g 塩分：3.9g

金曜日 4月31日

あじのパン粉焼 厚揚げ生姜煮 お漬物 お味噌汁

エネルギー：681Kcal たんぱく：31.8g 脂質：13.5g 塩分：2.7g

土曜日 5月1日

ハンバーグ マカロニサラダ お漬物 白米 お味噌汁

エネルギー：696Kcal たんぱく：26.7g 脂質：20.3g 塩分：3.6g