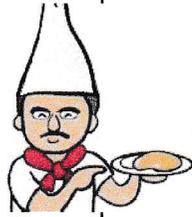


三輪の里デイサービスセンターお食事(昼食)献立予定表

平成27年6月15日(月)～6月20日(土)

	6月15日 月曜日	6月16日 火曜日	6月17日 水曜日
主食	おにぎり	ごはん	ごはん
副食	カレーうどん 小松菜胡麻和え 里芋煮物 ゼリー —	さわらの照り焼き じゃがいもそぼろ煮 なめたけ和え 味噌汁 漬物	春巻き 茄子の煮物 白菜中華風和え 味噌汁 漬物
おやつ	ロールケーキ	キャラメルコーン	カステラ
	6月18日 木曜日	6月19日 金曜日	6月20日 土曜日
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	牛肉と茄子のマーボー炒め サラダ バナナヨーグルト もやしスープ 漬物	白身魚のカレー揚げ スパゲティーサラダ ほうれん草ソテー コーンスープ 漬物	えびカツ 里芋と揚げの煮物 大根とみょうがの甘酢和え 味噌汁 漬物
おやつ	どら焼き	シュークリーム	バームクーヘン

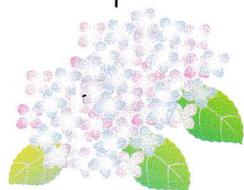


管理栄養士 西谷から一言「カレーを食べると、幸せな気持ちになるホルモン、“セロトニン”が分泌されます。」

三輪の里デイサービスセンターお食事(昼食)献立予定表

平成27年6月22日(月)～6月27日(土)

	6月22日 月曜日	6月23日 火曜日	6月24日 水曜日
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	和風ハンバーグ 南瓜煮付け 白菜和え物 味噌汁 漬物	揚げ出し豆腐 レンコン炒り煮 オクラのおかか和え 味噌汁 漬物	鶏のから揚げねぎソース ひじき炒め煮 小松菜胡麻和え 味噌汁 味付けのり
おやつ	フルーツ…びわ缶	今川焼	アイスクリーム
	6月25日 木曜日	6月26日 金曜日	6月27日 土曜日
主食	おにぎり	ハヤシライス	助六
副食	焼きそば 海藻サラダ スープ フルーチェ —	海藻サラダ ゆで卵 桃のゼリー 福神漬 —	イカとじゃが芋の煮物 チンゲンサイわさび和え 赤だし汁 フルーツ…みかん缶 —
おやつ	わらびもち	わらびもち	わらびもち



管理栄養士 西谷から一言「25日からのお料理教室は、前回失敗した“わらびもち作り”に再挑戦。リベンジだ！」