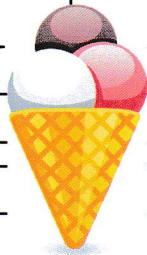


三輪の里デイサービスセンターお食事(昼食)献立予定表
平成27年7月13日(月)~7月18日(土)

	7月13日(月曜日)	7月14日(火曜日)	7月15日(水曜日)
主食	ごはん	天井	おにぎり
副食	牛肉の柔らか煮 里芋えび煮 オクラ和え物 味噌汁 漬物	小松菜湯葉和え 五目大豆 味噌汁 フルーツみつ豆 —	サラダうどん 焼き茄子 マカロニサラダ フルーツ…びわ缶 —
エネルギー	529kcal	589kcal	594kcal
おやつ	バニラアイスクリーム	スイカゼリー	たこやき
	7月16日(木曜日)	7月17日(金曜日)	7月18日(土曜日)
主食	きのこピラフ	ごはん	ごはん
副食	白身魚(タラ)のタルタルフライ いんげん胡麻和え セロリスープ 漬物 —	冷しゃぶ 茄子含め煮 長いも酢の物 味噌汁 漬物	アジのフライ ぬた 煮豆 五目汁 漬物
エネルギー	514kcal	518kcal	564kcal
おやつ	ストロベリーパバロア	野菜カステラ	どら焼き



管理栄養士 西谷から一言「アイスクリームは前回大好評!バニラの他にも、いちごやチョコもご用意いたしますね😊」

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7月20日(月)~7月25日(土)

	7月20日(月曜日)	7月21日(火曜日)	7月22日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	五目寿司
副食	豚肉の塩麴炒め 焼き茄子 小松菜からし和え 清汁 漬物	白身魚のカレームニエル 南瓜サラダ ブロッコリー和え物 スープ 漬物	春菊わさび和え がんもの炊き合わせ わんこそうめん 甘酢生姜 —
エネルギー	556kcal	560kcal	535kcal
おやつ	ヨーグルトゼリー	カステラ	マスカットゼリー
	7月23日(月曜日)	7月24日(火曜日)	7月25日(水曜日)
主食	ごはん	うなぎまぶしごはん	ごはん
副食	和風ハンバーグ 小松菜しらす和え ひじき煮 味噌汁 漬物	冬瓜旨煮 ほうれん草胡麻和え フルーツ…洋ナシ缶 赤だし汁 たくあん	クリームシチュー トマトサラダ レンコン金平 フルーツ…マンゴー缶 ふりかけ
エネルギー	531kcal	520kcal	574kcal
おやつ	アイスクリーム(チョコ)	水ようかん	シュークリーム



管理栄養士 西谷から一言「今季、土用の丑の日は2回ございます。一の丑は7月24日、二の丑は8月5日です。」