

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11月2日(月)～11月7日(土)

	11月2日(月曜日)	11月3日(火曜日)	11月4日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】
副食	うなぎの蒲焼 田楽 ほうれん草胡麻和え 清汁 漬物	焼肉風 ブロッコリーピーナツ和え マカロニサラダ 味噌汁 漬物	鮭、イカのお刺身 かぼちゃの湯葉あんかけ ちくわとみょうがの甘酢和え 赤だし汁 —
エネルギー	592kcal	564kcal	537kcal
おやつ	シュークリーム	スイートポテト	どら焼き



	11月5日(木曜日)	11月6日(金曜日)	11月7日(土曜日)
主食	栗ごはん	じゃごごはん	ごはん
副食	豚肉煮物 厚焼き玉子 オクラ梅肉和え 清汁 漬物	五目にゆうめん 卵豆腐 春菊お浸し ひじき煮付け —	さわらの西京焼き 枝豆がんもの炊き合わせ なめたけおろし 清汁 漬物
エネルギー	572kcal	586kcal	563kcal
おやつ	ブッセケーキ	ビスコ	小倉あんパイ

管理栄養士 西谷から一言「先月16日より、夏場は控えておりました“お刺身のご提供”が、解禁となりました。」

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11月9日(月)～11月14日(土)

	11月9日(月曜日)	11月10日(火曜日)	11月11日(水曜日)
主食	芋ごはん	ごはん	ごはん
副食	すき焼き風煮 小松菜お浸し 味噌汁 漬物 フルーツ…りんご缶	えびカツ 千切り煮 おろし和え 味噌汁 漬物	つくね炊き合わせ ほうれん草おかか和え 茶碗蒸し 清汁 漬物
エネルギー	585kcal	586kcal	567kcal
おやつ	野菜カステラ	おはぎ	豆乳プリン

	11月12日(木曜日)	11月13日(金曜日)	11月14日(土曜日)
主食	ごはん【ふりかけデイ】	おにぎり	ごはん
副食	鶏肉山椒焼き 南瓜と昆布の煮物 白菜からし和え さつま汁 漬物	お好み焼き 五目煮豆 小松菜わさび和え 味噌汁 ゼリー	揚げ出し豆腐 チンゲンサイ煮浸し 長いも酢の物 味噌汁 漬物
エネルギー	512kcal	544kcal	538kcal
おやつ	わんこそば	フルーチェ	フルーツ…マンゴー缶



管理栄養士 西谷から一言「12日は、給食委託会社イフスコの専門スタッフが、蕎麦打ちの実演を皆様にお披露目！」