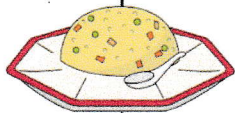


三輪の里デイサービスセンターお食事(昼食)献立予定表

平成28年2月22日(月)～2月27日(土)

	2月22日(月曜日)	2月23日(火曜日)	2月24日(水曜日)
主食	チャーハン	ハヤシライス	麦ご飯
副食	豚肉にら炒め 中華風やっこ 杏仁豆腐 わかめスープ 紅生姜	イカのリングフライ ポテトサラダ ゼリー 福神漬 —	穴子の柳川風煮 うまい菜煮浸し とろろ 味噌汁 漬物
エネルギー	570kcal	591kcal	563kcal
おやつ	芋ようかん	甘酒とえびせん	アップルティーとビスケット



	2月25日(木曜日)	2月26日(金曜日)	2月27日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】
副食	カレイの唐揚げ 白和え ほうれん草三杯酢和え 清汁 漬物	豚肉のネギ塩炒め ブロッコリー明太マヨ和え ひじき煮 味噌汁 漬物	牛肉オイスターソース炒め 春雨サラダ チンゲンサイ胡麻和え スープ 漬物
エネルギー	538kcal	543kcal	519kcal
おやつ	ミニあんぱん	ミニクリームパン	フルーツみつ豆

管理栄養士 西谷から一言「三杯酢は、酢としょう油にみりんを加え、1:1:1の割合で混ぜ合わせたものです。」

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28年2月29日(月)～3月5日(土)

	2月29日(月曜日)	3月1日(火曜日)	3月2日(水曜日)
主食	ごはん	赤飯	ごはん【ふりかけデイ】
副食	鶏肉の南蛮漬 インゲンピーナツ和え フルーツ…パイナップル もやしスープ 漬物	千草風卵焼き 炊き合わせ 菜の花和え物 清汁 奈良漬	酢豚 ほうれん草ナムル さつま芋甘煮 にら玉スープ 漬物
エネルギー	528kcal	573kcal	522kcal
おやつ	レモンティーとカスタードケーキ	かりんとう・鈴カステラ	小倉あんパイ

	3月3日(木曜日)	3月4日(金曜日)	3月5日(土曜日)
主食	祭り寿司	ごはん	オムライス
副食	がんも煮 小松菜わさび和え にゅうめん ひな祭りデザート —	クリームシチュー メンチカツ うまい菜からし和え フルーツ…黄桃缶 漬物	ツナサラダ フルーチェ ジュリアンスープ 福神漬 —
エネルギー	574kcal	551kcal	522kcal
おやつ	カルピスとプチシュー	ぜんざい	酒饅頭



管理栄養士 西谷から一言「千切り野菜が入ったジュリアンスープ。ジュリアンとはフランス用語で“女性の髪のように細い”の意。」