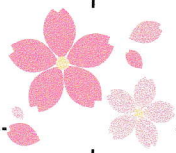


### 三輪の里デイサービスセンターお食事(昼食)献立予定表

平成28年4月4日(月)～4月9日(土)

	4月4日(月曜日)	4月5日(火曜日)	4月6日(水曜日)
主食	鶏そぼろ丼	ごはん	おにぎり
副食	えび団子の炊き合わせ アスパラ和え物 味噌汁 みつ豆 —	エビフライ スパゲティソース 小松菜のり和え コーンスープ 漬物	やきそば 菜の花からし和え スープ フルーツカクテル 紅生姜
エネルギー	587kcal	564kcal	582kcal
おやつ	ミニメロンパン	白玉あんみつ	いちごケーキ

	4月7日(木曜日)	4月8日(金曜日)	4月9日(土曜日)
主食	バターライス	ごはん【ふりかけデイ】	ごはん
副食	ハンバーグ ほうれん草ピーナツ和え きのこスープ ゼリー 漬物	かつおのたたき がんもの煮物 春菊和え物 味噌汁 漬物	クリームシチュー カニコロッケ グリーンサラダ フルーツ…キウイフルーツ 漬物
エネルギー	538kcal	529kcal	577kcal
おやつ	さくら饅頭	さくら饅頭	えびせんとかりんとう

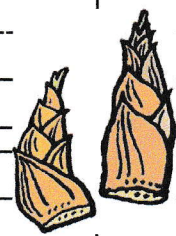


管理栄養士 西谷から一言「カツオの旬は4月からと8月からの年2回。4月から5月は正に初カツオのシーズンです。」

### 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4月11日(月)～4月16日(土)

	4月11日(月曜日)	4月12日(火曜日)	4月13日(水曜日)
主食	ごはん【ふりかけデイ】	ひじきごはん	ごはん
副食	八宝菜 春雨中華和え 杏仁豆腐 味噌汁 漬物	鶏の照り焼き 筍の木の芽和え ハムじゃがサラダ 清汁 らっきょう	牛すき煮 温泉玉子 きゅうりの甘酢和え 味噌汁 漬物
エネルギー	523kcal	567kcal	552kcal
おやつ	あんドーナツ	抹茶饅頭	さくら饅頭



	4月14日(木曜日)	4月15日(金曜日)	4月16日(土曜日)
主食	ごはん	筍ご飯	ごはん
副食	タラのホイル焼き たこ焼き インゲンピーナツ和え 団子汁 漬物	鶏肉と厚揚げの味噌炒め もずくとろろ 小松菜からし和え 清汁 奈良漬	さごしの磯辺焼き 茄子と豚肉の甘辛炒め煮 ピーマンおかか和え 味噌汁 漬物
エネルギー	567kcal	565kcal	560kcal
おやつ	ミニあんぱん	ようかん	アップルティーとビスケット

管理栄養士 西谷から一言「筍は一句(10日ほど)で「竹」に成ることから、「筍」という字があてられたそうです。」