

### 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8月22日(月)～8月27日(土)

	8月22日(月曜日)	8月23日(火曜日)	8月24日(水曜日)
主食	おにぎり	いなり寿司	ごはん【ふりかけデイ】
副食	きつねうどん 鶏から揚げの甘酢あんかけ ブロッコリーくるみ和え フルーツ…黄桃缶 —	イカと里芋の煮付け 小松菜湯葉和え 赤だし汁 金時豆 —	かに玉 チンゲンサイ中華和え 焼きビーフン 中華スープ 漬物
エネルギー	581kcal	567kcal	567kcal
おやつ	ビスコ	ミニたい焼き	ショコラロール

	8月25日(木曜日)	8月26日(金曜日)	8月27日(土曜日)
主食	ごはん	ポークカレー	ごはん
副食	ぶりの照焼 金平ごぼう ブロッコリー和え物 わんこそば 漬物	温泉卵 サラダ ゼリー 福神漬 —	肉豆腐 ほうれん草金糸和え さつま芋なると煮 味噌汁 漬物
エネルギー	587kcal	592kcal	586kcal
おやつ	チョコバナナマフィン	チョコバナナマフィン	チョコバナナマフィン

管理栄養士 西谷から一言「25日～27日の3日間、お料理教室でチョコバナナマフィンを作ります。」

### 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28年8月29日(月)～9月3日(土)

	8月29日(月曜日)	8月30日(火曜日)	8月31日(水曜日)
主食	ごはん【ふりかけデイ】	ごはん	鶏肉の照焼き丼
副食	エビフライ 鶏肉と冬瓜の旨煮 フルーツ…デラウエア 味噌汁 漬物	厚揚げのあんかけ 茄子の田楽 ほうれん草のなたね和え 清汁 漬物	信田煮炊き合わせ いんげんピーナツ和え 冷奴 清汁 漬物
エネルギー	560kcal	592kcal	549kcal
おやつ	わらびもち	パイ饅頭こしあん	シュークリーム

	9月1日(木曜日)	9月2日(金曜日)	9月3日(土曜日)
主食	赤飯	ごはん	ごはん
副食	さんまの生姜煮 ふきと南瓜の炊き合わせ もやしの酢の物 味噌汁 漬物	豚肉冷しゃぶ風 さつま芋煮物 畑菜お浸し 味噌汁 漬物	さわらの西京焼 レンコン金平 オクラの和え物 団子汁 漬物
エネルギー	580kcal	577kcal	567kcal
おやつ	アップルティーと動物ビスケット	みつ豆	草大福

管理栄養士 西谷から一言「9月に入りますが、まだしばらくは残暑が続きます。食欲の秋を楽しみましょう！」