

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9月5日(月)～9月10日(土)

	9月5日(月曜日)	9月6日(火曜日)	9月7日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】	ごはん
副食	和風八宝菜 ブロッコリーのナムル 牛乳寒天 スープ 漬物	ホキのカレー揚げ かぼちゃ煮物 小松菜くるみ和え 味噌汁 漬物	メンチカツ レンコン炒め煮 フルーツ…びわ缶 味噌汁 漬物
エネルギー	587kcal	530kcal	568kcal
おやつ	もみじ饅頭	抹茶カステラ	ミルクレーブ

	9月8日(木曜日)	9月9日(金曜日)	9月10日(土曜日)
主食	栗ご飯	きのこピラフ	ごはん
副食	鶏肉あっさり煮 いんげん胡麻和え 卵豆腐 清汁 漬物	ジャーマンソテー ほうれん草コーン和え物 マロンババロア かき玉スープ —	牛肉のしそごま炒め ポテトサラダ オクラおかか和え 味噌汁 漬物
エネルギー	521kcal	515kcal	532kcal
おやつ	ブッセケーキ	どら焼き(カスタード味)	クッキー



管理栄養士 西谷から一言「今週はドリンクサービスとなっております。おやつはコーヒーとご一緒にどうぞ！」

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9月12日(月)～9月17日(土)

	9月12日(月曜日)	9月13日(火曜日)	9月14日(水曜日)
主食	ごはん	おにぎり	ごはん
副食	サバの味噌煮 金平ごぼう チンゲンサイからし和え 清汁 漬物	すだちおろしうどん でこまわし風 ならえ フルーツ…梨 —	きのこハンバーグ 大根サラダ スパゲティケチャップソテー コーンスープ 漬物
エネルギー	575kcal	582kcal	528kcal
おやつ	オレンジゼリー	黒糖饅頭	マドレーヌ

	9月15日(木曜日)	9月16日(金曜日)	9月17日(土曜日)
主食	散らし寿司	ごはん【ふりかけデイ】	ごはん
副食	里芋と厚揚げの煮物 ごぼうサラダ 清汁 和菓子…月見饅頭 —	つみれと野菜の煮物 えのきボン酢 畑菜ピーナツ和え 豚汁 漬物	さわらの梅焼き 茄子鶏そぼろ煮 長いも短冊 赤だし汁 漬物
エネルギー	570kcal	532kcal	548kcal
おやつ	フルーツ…キウイフルーツ	どら焼き	ロールケーキ(いちご)

管理栄養士 西谷から一言「今月13日のご当地メニューは、徳島県です。阿波踊りが有名ですよ♪」