

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12月26日(月)~12月31日(土)

	12月26日(月曜日)	12月27日(火曜日)	12月28日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】	高菜ピラフ
副食	豚肉の味噌煮 卵とじ 春菊和え物 清汁 漬物	鮭のホイル焼き ひじき煮付け 焼き茄子 粕汁 漬物	豆腐サラダ れんこん田舎煮 かき玉スープ フルーチェ —
エネルギー	549kcal	535kcal	513kcal
おやつ	レモンティーとブッセケーキ	ぜんざい	ぜんざい



	12月29日(木曜日)	12月30日(金曜日)	12月31日(土曜日)
主食	ごはん	親子丼	おにぎり
副食	チキンカツ スパゲティーサラダ キャベツのカレーソテー スープ 漬物	里芋煮 小松菜胡麻和え 田舎汁 漬物 —	年越しそば 南瓜そぼろ煮 三色酢の物 フルーツ…みかん —
エネルギー	582kcal	535kcal	595kcal
おやつ	酒饅頭	ココアとパームクーヘン	(食後までの営業)

管理栄養士 西谷から一言「今年一年三輪の里デイサービスセンターをご利用いただき、ありがとうございました。良いお年を♥」

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29年1月2日(月)~1月7日(土)

	平成29年1月2日(月曜日)	1月3日(火曜日)	1月4日(水曜日)
主食	休業日	休業日	ごはん
副食			さごしの磯辺焼き 茶碗蒸し ほうれん草和え物 粕汁 煮豆
エネルギー			582kcal
おやつ			昆布茶と花餅

	1月5日(木曜日)	1月6日(金曜日)	1月7日(土曜日)
主食	助六	パエリア	ごはん【ふりかけデイ】
副食	鶏肉吉野煮 うまい菜和え物 味噌汁 和菓子 —	コロッケ チンゲンサイ胡麻和え スープ 漬物 —	酢豚 ブロッコリーくるみ和え 牛乳寒天 ワカメスープ 漬物
エネルギー	599kcal	541kcal	511kcal
おやつ	昆布茶とかりんとう	七草汁とせんべい	七草汁とせんべい



管理栄養士 西谷から一言「平成29年から定番メニューを定期提供。毎月5日は“ゴーゴー寿司の日”となります!!」