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2月20日(月)～2月25日(土)

	2月20日(月曜日)	2月21日(火曜日)	2月22日(水曜日)
主食	(ハツ)カレーライス	チャーハン	ごはん
副食	サラダ 温泉卵 煮豆 漬物(福神漬・らっきょ) —	にら炒め 中華風やっこ フルーツ…マンゴー缶 ワカメスープ 紅生姜	天ぷら うまい菜和え物 オクラ長芋とろろ 味噌汁 味付け海苔
エネルギー	593kcal	520kcal	563kcal
おやつ	アップルティーとビスコ	牛乳寒天	今川焼

	2月23日(木曜日)	2月24日(金曜日)	2月25日(土曜日)
主食	ごはん【ふりかけデイ】	ごはん	散らし寿司(ニコニコ寿司の日)
副食	カレイのみぞれ煮 白和え ほうれん草三杯酢和え ミニうどん 漬物	サラダロールフライ スパゲティーソテー フルーツ…りんご缶 豆乳スープ 漬物	じゃがいもぜんまい炒め煮 清汁 フルーチェ 甘酢生姜 —
エネルギー	524kcal	589kcal	521kcal
おやつ	甘酒とえびせん	ココアとビスケット	焼きプリンタルト

管理栄養士 西谷から一言「22日の天ぷらは、えび・蓮根・茄子・さつま芋・アスパラガスの五点盛りです！」

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29年2月27日(月)～3月4日(土)

	2月27日(月曜日)	2月28日(火曜日)	3月1日(水曜日)
主食	ごはん	おにぎり	(1日は)赤飯
副食	鶏肉の南蛮漬 小松菜じゃこ和え ジャーマンポテト コーンスープ 漬物	(月越し)きつねうどん 里芋煮 胡瓜の酢の物 和菓子…ようかん —	炊き合わせ 出し巻き玉子 菜の花和え物 清汁 奈良漬
エネルギー	577kcal	595kcal	557kcal
おやつ	生どら焼き	キャラメルケーキ	ホットカルピスとふんわり蒸しパン

	3月2日(木曜日)	3月3日(金曜日)	3月4日(土曜日)
主食	ごはん【ふりかけデイ】	祭り寿司	オムライス
副食	豚肉と春雨のゴマ炒め ナムル フルーツ…パイン缶 スープ 漬物	炊き合わせ ピーマン甘辛炒め 若竹汁 お菓子…ひなあられ —	チキンナゲット ツナサラダ フルーツ…黄桃缶 きのこスープ 漬物
エネルギー	548kcal	586kcal	580kcal
おやつ	プチシュークリーム	豆乳プリン	酒まんじゅう

管理栄養士 西谷から一言「3月3日はひな祭り。三輪の里一階ロビーにも、七段のひな壇が飾られます☺」