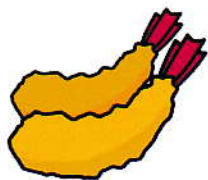


三輪の里デイサービスセンターお食事(昼食)献立予定表

平成29年3月20日(月)～3月25日(土)

	3月20日(月曜日)	3月21日(火曜日)	3月22日(水曜日)
主食	(ハツ)カレーライス	ごはん	木の葉丼
副食	サラダ 温泉卵 ゼリー 漬物 —	鱈の南蛮漬 小松菜マヨ和え 千切り大根炒め煮 味噌汁 漬物	炊き合わせ 胡瓜と茄子の生姜和え フルーツ…オレンジ 清汁 漬物
エネルギー	582kcal	550kcal	581kcal
おやつ	今川焼	ふんわり蒸しパン	カステラ饅頭

	3月23日(木曜日)	3月24日(金曜日)	3月25日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】	助六(ニコニコ寿司の日)
副食	エビフライ サラダ プリン 味噌汁 佃煮	牛肉アスパラ炒め ポテトサラダ 春雨ゴマ酢和え もやしスープ 漬物	大根の煮物 菜の花わさび和え 赤だし汁 — —
エネルギー	553kcal	518kcal	554kcal
おやつ	生どら焼き	ミルクレープ	チョコレートババロア



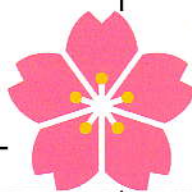
管理栄養士 西谷から一言「ハツカレーライスやニコニコ寿司の日といった定番メニューの日は、皆様に浸透してきたかな？」

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3月27日(月)～4月1日(土)

	3月27日(月曜日)	3月28日(火曜日)	3月29日(水曜日)
主食	おにぎり	ごはん【ふりかけデイ】	三色丼
副食	お好み焼き いんげん胡麻和え 味噌汁 マンゴープリン —	エビチリ 菜の花和え さつま芋甘煮 ワカメスープ 漬物	南瓜いとこ煮 大根ゆず醤油和え 清汁 らっきょう —
エネルギー	579kcal	589kcal	534kcal
おやつ	ブルーベリーケーキとレモンティー	酒饅頭	プリン

	3月30日(木曜日)	3月31日(金曜日)	4月1日(土曜日)
主食	鮭とわかめの混ぜご飯	おにぎり	赤飯
副食	クリームシチュー コロッケ 大根サラダ フルーツ…パイン缶 —	なめこそば(月越し麺の日) 豚肉とゴボウの炒め煮 オクラ梅肉和え ひじき煮 —	カレイのから揚げ 小田巻き蒸し ほうれん草ピーナツ和え 清汁 奈良漬
エネルギー	589kcal	580kcal	589kcal
おやつ	フルーツカステラ	桜色練り切り	チョコパイ



管理栄養士 西谷から一言「順々に煮るということを“追い追い煮る”と言い、オイ(甥)オイ(甥)とかけて“いとこ煮”だそう。」