

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6月12日(月)～6月17日(土)

	6月12日(月曜日)	6月13日(火曜日)	6月14日(水曜日)
主食	ごはん【ふりかけデイ】	ごはん	ロールパン
副食	鶏肉の春雨煮 小松菜のごま和え フルーチェ 中華スープ 漬物	さわらの塩焼き そぼろ煮 なめたけ和え 具だくさん汁 漬物	ビーフストロガノフ グリーンサラダ ふわふわエッグ コーヒーゼリー —
エネルギー	533kcal	530kcal	584kcal
おやつ	ピーチゼリー	レモンティー・チョイスビスケット	もみじ饅頭



	6月15日(木曜日)	6月16日(金曜日)	6月17日(土曜日)
主食	炊き込みごはん	ごはん	ごはん
副食	豚肉の生姜焼き 煮豆 ほうれんそうの和風和え 清汁 漬物	アジのカレー揚げ 千切り煮 小松菜のお浸し コンソメスープ 漬物	えびカツ 里芋とがんもの煮物 きゅうりの酢の物 味噌汁 漬物
エネルギー	516kcal	533kcal	572kcal
おやつ	ロールケーキ(モカ)	水ようかん	豆乳饅頭

管理栄養士 伊藤から一言「これからどんどん暑くなってくるので、皆さん体調管理に気をつけてくださいね！」

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6月19日(月)～6月24日(土)

	6月19日(月曜日)	6月20日(火曜日)	6月21日(水曜日)
主食	ごはん	(ハツ)カレーライス	ごはん
副食	和風ハンバーグ 蓮根炒り煮 ほうれん草からし和え 味噌汁 漬物	オニオンサラダ チンゲン菜ソテー 漬物 フルーツ…パイン缶 —	鯖の味噌煮 ひじきの炒め煮 菜の花ワサビ醤油和え 清汁 漬物
エネルギー	545kcal	563kcal	526kcal
おやつ	かえでの実	ドームケーキ	シュークリーム



	6月22日(木曜日)	6月23日(金曜日)	6月24日(土曜日)
主食	おにぎり	鶏飯	ごはん【ふりかけデイ】
副食	焼きそば 里芋の煮物 もやし酢の物 フルーツ…キウイ缶 —	さつま揚げの旨煮 オクラの胡麻和え さつま汁 フルーツ…びわ缶 たくあん漬	ホキのピカタ マカロニソテー サラダ コンソメスープ 漬物
エネルギー	591kcal	583kcal	513kcal
おやつ	和風黒糖ムース	抹茶ワッフル	ストロベリーババロア

鹿児島メニュー

管理栄養士 伊藤から一言「今月のご当地メニューは鹿児島県！この日が待ち遠しいですね♪」