

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26日(月)～7月1日(土)

	6月26日(月曜日)	6月27日(火曜日)	6月28日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】
副食	カレイの幽庵焼 茶碗蒸し 白菜の酢の物 具だくさん汁 漬物	豚肉の味噌炒め 小松菜の和え物 イカと里芋の煮物 清汁 漬物	たらの煮付け 南瓜のそぼろあんかけ 春菊白和え 赤だし汁 漬物
エネルギー	531kcal	571kcal	550kcal
おやつ	フルーチェ	きなこプリン	鯛饅頭

	6月29日(木曜日)	6月30日(金曜日)	7月1日(土曜日)
主食	ごはん	おにぎり	赤飯
副食	鶏のレモン焼 根菜の煮物 ポテトサラダ 味噌汁 漬物	牛肉うどん 信田巻 ほうれん草和え物 フルーツ…黄桃缶 —	利休焼き 京がんもの煮物 アスパラ和え物 味噌汁 漬物
エネルギー	538kcal	568kcal	505kcal
おやつ	クレープ	ハッピーターン・チョコチップクッキー	水ようかん

管理栄養士 伊藤から一言「利休焼きは、有名茶人“千利休”が料理によくゴマを使ったことに由来するのだとか。」

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7月3日(月)～7月8日(土)

	7月3日(月曜日)	7月4日(火曜日)	7月5日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	いなり寿司
副食	鶏のから揚げ キャベツのピーナツ和え 茄子煮物 味噌汁 漬物	蒸しギョウザ 大学芋 春雨の中華和え 中華スープ 漬物	高野豆腐の卵とじ ほうれん草のおかか和え 煮豆 赤だし —
エネルギー	566kcal	583kcal	556kcal
おやつ	流しそうめん	流しそうめん	流しそうめん

	7月6日(木曜日)	7月7日(金曜日)	7月8日(土曜日)
主食	ごはん【ふりかけデイ】	おにぎり	ごはん
副食	豚肉の治部煮 もやしのソテー インゲンのピーナツ和え 味噌汁 漬物	七夕そうめん 厚揚げと夏野菜の煮物 茄子の田楽 和菓子…笹水まんじゅう 漬物	赤魚の揚げ煮 卵豆腐 きのご和え 味噌汁 漬物
エネルギー	537kcal	545kcal	567kcal
おやつ	流しそうめん	パイ饅頭	抹茶パバロア

管理栄養士 伊藤から一言「7月7日は七夕です！皆さんは、短冊にどんな願いを込めますか？」