

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10日(月)~7月15日(土)

	7月10日(月曜日)	7月11日(火曜日)	7月12日(水曜日)
主食	トーストでも体にいい麦ご飯	天井	ごはん
副食	さばの塩焼き ブロッコリーの和え物 とろろ芋 清汁 漬物	煮豆 白菜のお浸し 味噌汁 フルーツ…白桃缶 漬物	鮭の香味焼き きんぴらごぼう 春菊のわさび和え かき玉汁 漬物
エネルギー	579kcal	600kcal	539kcal
おやつ	カップケーキ	水まんじゅう	レモンケーキ

	7月13日(木曜日)	7月14日(金曜日)	7月15日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】	きのこピラフ
副食	牛肉の野菜炒め 冷奴 春雨の酢の物 味噌汁 漬物	冷しゃぶ 焼き茄子 畑菜煮浸し 味噌汁 漬物	カニコロッケ スパゲティソース コンソメスープ フルーツ…キウイ 漬物
エネルギー	594kcal	505kcal	559kcal
おやつ	ミニ今川焼き	ワッフルとレモンティー	カステラ

管理栄養士 伊藤から一言「天井にピラフと、今週は少し豪華なメニューにしてみました！」

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17日(月)~7月22日(土)

	7月17日(月曜日)	7月18日(火曜日)	7月19日(水曜日)
主食	トマト丼	ごはん	おにぎり
副食	けいちゃん 白菜の梅肉和え 和菓子…ようかん 清汁 漬物	さんまの塩焼き 茄子和え きゅうりの酢の物 味噌汁 漬物	冷麺 厚揚げ甘辛煮 もやしのナムル マンゴープリン —
エネルギー	547kcal	534kcal	581kcal
おやつ	エクレア	ロールケーキ(メロン)	蒸しパン

	7月20日(木曜日)	7月21日(金曜日)	7月22日(土曜日)
主食	夏野菜カレー	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】
副食	チンゲン菜のソテー 海藻サラダ フルーツヨーグルト 漬物 —	さばの香味味噌焼き 南瓜の煮物 もろキュー 清汁 漬物	豚肉のきのこ炒め 高野豆腐の卵とじ 小松菜のわさび和え 田舎汁 漬物
エネルギー	559kcal	591kcal	529kcal
おやつ	紅茶ケーキ	酒饅頭	チョコレートパバロア

管理栄養士 伊藤から一言「今月のご当地メニューは岐阜県です。トマト丼とは一体!? 皆さんお楽しみに♪」