

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8月21日(月)～8月26日(土)

	8月21日(月曜日)	8月22日(火曜日)	8月23日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	サワラの西京焼 れんこんきんぴら 小松菜のきのこ和え 味噌汁 漬物	厚揚げのあんかけ 里芋の煮物 ほうれん草の菜種和え 味噌汁 漬物	かに玉 小松菜の煮びたし 小籠包 中華スープ 漬物
エネルギー	514kcal	566kcal	579kcal
おやつ	パインゼリー	鯛饅頭	ところてん

	8月24日(木曜日)	8月25日(金曜日)	8月26日(土曜日)
主食	ごはん【ふりかけデイ】	五目寿司	ごはん
副食	カレイの照り焼き じゃが芋の煮物 ササミ和え 味噌汁 漬物	がんもと刻み昆布の煮物 小松菜のわさび和え フルーツ…黄桃缶 清汁 —	鶏のパン粉焼き スパゲティソース 白菜の山菜和え コンソメスープ 漬物
エネルギー	504kcal	585kcal	514kcal
おやつ	ドームケーキ	桃まんじゅう	カステラ

管理栄養士 伊藤から一言「暑い日が続いていますが、体調はいかがでしょう？こまめな水分補給が大事ですよ！」

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8月28日(月)～9月2日(土)

	8月28日(月曜日)	8月29日(火曜日)	8月30日(水曜日)
主食	ごはん【ふりかけデイ】	ごはん	鶏の照り焼き丼
副食	豚しゃぶ 大根のひすいあん 春雨のゴマ酢和え 味噌汁 漬物	サワラの梅焼き さつま芋の甘煮 白菜の和え物 ミニうどん 漬物	厚焼き卵 なす田楽 畑菜のからし和え 清汁 漬物
エネルギー	526kcal	549kcal	524kcal
おやつ	紅茶ケーキ・牛乳ケーキ	パイ饅頭	スイートポテト

	8月31日(木曜日)	9月1日(金曜日)	9月2日(土曜日)
主食	おにぎり	赤飯(毎月1日は赤飯の日)	カレーライス
副食	冷やしそうめん 厚揚げと夏野菜の煮物 もやしの酢の物 梨ゼリー —	赤魚の炊き合わせ 茄子のそぼろ煮 インゲンの和え物 清汁 漬物	オニオンサラダ 半熟卵 フルーツ…キウイ 漬物 —
エネルギー	597kcal	576kcal	600kcal
おやつ	フルーチェ	シュークリーム・レモンティー	きなこプリン

管理栄養士 伊藤から一言「9月に入りますが、まだしばらくは残暑が続きます。食欲の秋を楽しみましょう！」