

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30年5月14日(月)～5月19日(土)

	5月14日(月曜日)	5月15日(火曜日)	5月16日(水曜日)
主食	木の葉丼	炊き込みご飯	ごはん
副食	豆腐と南瓜の煮物 春雨サラダ 水ようかん 味噌汁 漬物	アジの塩焼き キャベツの酢の物 じゃが芋のそぼろあん 味噌汁 漬物	肉豆腐 さつま芋の煮物 小松菜のマヨネーズ和え 味噌汁 漬物
エネルギー	569kcal	511kcal	545kcal
おやつ	バームクーヘン	柏まんじゅう	ミルクレーブ

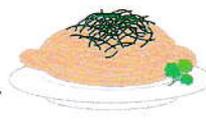
	5月17日(木曜日)	5月18日(金曜日)	5月19日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】	ごはん
副食	さつま揚げ きのこのおぼろ和え うまい菜のゆず和え 赤だし汁 漬物	豚しゃぶ鍋 れんこん金平 畑菜のおかか和え 味噌汁 のり佃煮	かに玉 ブロッコリーのササミ和え 蒸しシューマイ 中華スープ 漬物
エネルギー	538kcal	520kcal	586kcal
おやつ	いちごゼリー	豆乳饅頭	紅茶ケーキ



管理栄養士 伊藤から一言「どんどん気温が高くなり、夏に近づいていますね。皆様、体調管理は大丈夫ですか？」

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30年5月21日(月)～5月26日(土)

	5月21日(月曜日)	5月22日(火曜日)	5月23日(水曜日)
主食	ごはん【ふりかけデイ】	大山おこわ	おにぎり
副食	鶏の葱味噌焼き 南瓜煮物 もやしのソテー 清汁 漬物	焼サバの煮付け 呉和え 梨ゼリー 白葱の清汁 らっきょう	たらこスパゲティー グリーンサラダ フルーツ・・・パイン缶 コンソメスープ —
エネルギー	509kcal	553kcal	565kcal
おやつ	カップケーキ	フルーツカステラ	ハッピーターン・ココナッツサブレ



	5月24日(木曜日)	5月25日(金曜日)	5月26日(土曜日)
主食	ごはん	いなり寿司	ごはん
副食	鶏肉あっさり煮 里芋ひじき煮 キャベツのお浸し 味噌汁 漬物	大根の炊き合わせ 煮豆 小松菜のわさび和え 赤だし汁 —	コロッケ(カレー&コーン) ごぼうの土佐煮 ほうれん草の白和え 味噌汁 漬物
エネルギー	533kcal	520kcal	570kcal
おやつ	どら焼き	フルーチェ	蒸しパン

管理栄養士 伊藤から一言「今月のご当地メニューは鳥取県です。大山おこわはどんな味付けなのでしょう？楽しみです！」