

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6月25日(月)～6月30日(土)

	6月25日(月曜日)	6月26日(火曜日)	6月27日(水曜日)
主食	散らし寿司	ごはん	ごはん
副食	ハモの湯引き チンゲン菜のわさび醤油和え 水まんじゅう 清汁 —	豚肉の味噌炒め 卵豆腐 小松菜の煮浸し 清汁 漬物	タラのカレー揚げ 切干大根の煮物 チンゲン菜のお浸し コンソメスープ 漬物
エネルギー	504kcal	511kcal	537kcal
おやつ	チョイスビスケット・ジョア	ねりきり	あじさいゼリー



	6月28日(木曜日)	6月29日(金曜日)	6月30日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】	おにぎり
副食	鶏のレモン焼き 根菜の煮物 チーズはんぺんフライ 味噌汁 漬物	カレイのおろし蒸し がんもの炊き合わせ 小松菜のマヨ和え 赤だし汁 漬物	冷麺 鶏肉の八幡巻き 白菜の和え物 杏仁豆腐 —
エネルギー	524kcal	508kcal	598kcal
おやつ	クレープ	黄味あん饅頭	パバロア

管理栄養士 伊藤から一言「これから益々暑くなつてまいりますので、皆様こまめな水分補給を忘れずに!!」

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7月2日(月)～7月7日(土)

	7月2日(月曜日)	7月3日(火曜日)	7月4日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】	ごはん
副食	サイコロステーキ 南瓜の煮物 キャベツのゆかり和え 味噌汁 漬物	蒸し餃子 長芋の白煮 ブロッコリー中華和え 中華スープ 漬物	スズキのマヨネーズ焼き 小松菜の煮浸し 冷奴 味噌汁 漬物
エネルギー	599kcal	504kcal	523kcal
おやつ	まがり煎餅・黒棒	ロールケーキ(レモン)	エリーゼ・ビスコ



	7月5日(木曜日)	7月6日(金曜日)	7月7日(土曜日)
主食	助六	ごはん	おにぎり
副食	竹輪の生姜焼き ほうれん草の和え物 フルーツ…ぶどう缶 赤だし汁 —	筑前煮 南瓜と玉葱のバター醤油焼き 胡瓜のもろみ和え 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 笹水まんじゅう —
エネルギー	568kcal	572kcal	571kcal
おやつ	チョコカステラ	塩まんじゅう	七夕デザート

管理栄養士 伊藤から一言「7月7日は七夕です!皆様は短冊にどんな願いを書きますか?」