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11月26日(月)~12月1日(十)

	T AAGOU-1	-IIVICOD (V), -IVVID (/
	11月26日(月曜日)	11月27日(火曜日)	11月28日(水曜日)
主食	こはん【ふりかけデイ】	ごはん	ごはん
副食	鮭の照り焼き	南瓜のコロッケ	豆腐ハンバーグの野菜あんかけ
	湯豆腐	かぶの海老あんかけ	キャベツの和え物
	白菜と胡瓜の中華和え	ほうれん草の菜種和え	ひじきの白和え
	味噌汁	味噌汁	赤だし汁
	漬物	漬物	漬物
エネルキ゛ー	454kcal	594kcal	518kcal
おやつ	シュークリーム	ミニたい焼き	ふかし芋
	11月29日(木曜日)	11月30日(金曜日)	12月1日(土曜日)
主食	ごはん	おにぎり	赤飯(毎月1日は赤飯の日)
副食	アジの南蛮漬け	ちゃんぼん	鶏肉の照り煮
£	筍の土佐煮	小松菜のお浸し	インゲンの辛子和え
	白菜のごま和え	金時豆 °	。。°。 じゃが芋の金平
	味噌汁	フルーツ…みかん 💃 💽	治 人。 粕汁
	漬物	_ (12	漬物
エネルキ"ー	523kcal	561kcal	509kcal

管理栄養士 伊藤から一言「遂に12月に突入です!風邪等で体調を崩さないよう、皆様手洗いうがいはしっかりと行いましょう!」

ホットカルピス ・ エクレア

ようかん

おやつ

どら焼き

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12月3日(月)~12月8日(土)

	12月3日(月曜日)	12月4日(火曜日)	12月5日(水曜日)
主食	ごはん	こはん	いなり寿司
副食	肉団子の甘酢煮	天ぷら	白菜の山菜和え
	大根のサラダ	里芋のそぼろ煮	かぶの含め煮
	茄子煮物	大根の煮物	フルーツ寒天
	味噌汁	赤だし汁	清汁
	漬物 8.00	のり佃煮	_
エネルキ・ー	527kcal	526kcal	504kcal
おやつ	チョイスビスケット	田舎饅頭	ココアワッフル

	12月6日(木曜日)	12月7日(金曜日)	12月8日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん	こはん【ふりかけデイ】
副食	牛肉の野菜炒め	千草焼き	海鮮八宝菜
	長芋の白煮	春雨のごま酢和え	さつま芋の金平
	海藻サラダ	小松菜の甘辛煮	胡瓜のもろみ和え
	味噌汁	豚汁	中華スープ
	漬物	漬物	漬物
エネルキ'ー	538kcal	569kcal	503kcal
おやつ	あんドーナツ	プリン	スイートポテト