

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31年3月4日(月)～3月9日(土)

	3月4日(月曜日)	3月5日(火曜日)	3月6日(水曜日)
主食	ごはん	卵巻き寿司	ごはん【ふりかけデイ】
副食	さつま揚げ 焼き茄子 ほうれん草の煮浸し かき玉汁 漬物	インゲンの炒め物 桜餅風デザート 赤だし汁 — —	赤魚の生姜煮 里芋のひじき煮 白菜の酢の物 ミニうどん 漬物
エネルギー	554kcal	618kcal	524kcal
おやつ	栗あんパイ	ドームケーキ	ヨーグルトゼリー



	3月7日(木曜日)	3月8日(金曜日)	3月9日(土曜日)
主食	ごはん	ハヤシライス	ごはん
副食	豚肉の野菜炒め ブロッコリーの明太マヨネーズ和え 高野の煮物 味噌汁 漬物	チキンサラダ さつま芋のオレンジ煮 漬物 — —	タラのポテマヨ焼き れんこん金平 春菊と湯葉の煮浸し 味噌汁 漬物
エネルギー	525kcal	592kcal	526kcal
おやつ	どら焼き	プリン	レアチーズケーキ・アップルティー

管理栄養士 伊藤から一言「5日の寿司の日は“卵巻き寿司”で、美味しいデザートも添えております。どうぞお楽しみに♪」

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31年3月11日(月)～3月16日(土)

	3月11日(月曜日)	3月12日(火曜日)	3月13日(水曜日)
主食	おにぎり	ごはん【ふりかけデイ】	ごはん
副食	あんかけスパゲティ 大根サラダ フルーチェ コンソメスープ —	牛肉のスタミナ炒め 茶碗蒸し じゃが芋もたらこ炒め 味噌汁 漬物	プリの照り焼き がんもの炊き合わせ 小松菜の辛子和え 具だくさん汁 漬物
エネルギー	550kcal	509kcal	555kcal
おやつ	ゆず饅頭・ぼたぼた焼き	酒饅頭・海老せんべい	うさぎ饅頭・ぱりんこ

愛知県メニュー



	3月14日(木曜日)	3月15日(金曜日)	3月16日(土曜日)
主食	ごはん	筍ごはん	ごはん
副食	チキンカツ 人参金平 白菜のレモン和え 豆乳スープ 漬物	鮭の塩焼き 菜の花の青じそマヨ和え 高野の卵とじ 味噌汁 漬物	豚肉の柳川風煮 春雨の酢の物 ふきの旨煮 味噌汁 漬物
エネルギー	534kcal	531kcal	596kcal
おやつ	パインゼリー	マドレーヌ	ミニたい焼き

管理栄養士 伊藤から一言「今月のご当地メニューは愛知県です！皆様はどれくらいの数のご当地料理をご存知ですか？」