

## 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4月1日(月)～4月6日(土)

	4月1日(月曜日)	4月2日(火曜日)	4月3日(水曜日)
主食	赤飯(毎月1日は赤飯の日)	ごはん	ごはん
副食	豚肉の五目炒め 卵豆腐 茄子の揚げ煮 清汁 漬物	エビフライ スパゲティーソテー 小松菜の海苔和え ポタージュスープ 漬物	和風八宝菜 春雨の中華和え 南瓜煮物 味噌汁 漬物
エネルギー	582kcal	564kcal	549kcal
おやつ	クレープ	きなこプリン	さくら饅頭

	4月4日(木曜日)	4月5日(金曜日)	4月6日(土曜日)
主食	ごはん【ふりかけデイ】	散らし寿司	バターライス
副食	タラのムニエル もやしのソテー ほうれん草の菜種和え 豚汁 漬物	里芋田楽 チンゲン菜のわさび醤油和え フルーツ…びわ缶 清汁 —	ハンバーグ さつま芋のレモン煮 ブロッコリーのピーナッツ和え きのこスープ —
エネルギー	512kcal	502kcal	539kcal
おやつ	栗饅頭	豆乳饅頭	パバロア・レモンティー

管理栄養士 伊藤から一言「3日から5日は施設外活動です！外で食べると、いつものおやつがより美味しくなりますね☆」

## 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4月8日(月)～4月13日(土)

	4月8日(月曜日)	4月9日(火曜日)	4月10日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	麦ごはん
副食	鶏のから揚げ ひじきの白和え れんこん金平 味噌汁 漬物	さわらの照焼き インゲンのごま和え 炒り卵 味噌汁 漬物	穴子の卵焼き 茄子のとろろかけ 胡瓜の甘酢和え 味噌汁 漬物
エネルギー	594kcal	531kcal	597kcal
おやつ	あんドーナツ	マスカットゼリー	焼きプリンタルト

	4月11日(木曜日)	4月12日(金曜日)	4月13日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】	ごはん
副食	松風焼き 大根の酢の物 菜の花の和え物 清汁 漬物	アジの南蛮漬け うまい菜の辛子和え 筍の土佐煮 赤だし汁 漬物	肉団子の甘酢あんかけ アスパラのソテー 焼き茄子 卵スープ 漬物
エネルギー	487kcal	498kcal	591kcal
おやつ	カステラ	シュークリーム	どら焼き

管理栄養士 伊藤から一言「皆様は和菓子と洋菓子どちらがお好きですか？私はもちろん洋菓子です♪」