

三輪の里デイサービスセンターお食事(昼食)献立予定表

令和2年2月17日(月)～2月22日(土)

	2月17日(月曜日)	2月18日(火曜日)	2月19日(水曜日)
主食	おにぎり	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】
副食	お好み焼き 煮豆 胡瓜とシラスの酢の物 味噌汁 —	天ぶらの盛り合わせ かぶの含め煮 うまい菜の煮浸し 味噌汁 漬物	かに玉 チンゲン菜のナムル 杏仁豆腐 春雨スープ 漬物
エネルギー	566kcal	528kcal	475kcal
おやつ	抹茶ババロア	ミニアメリカンドッグ	チーズケーキ



	2月20日(木曜日)	2月21日(金曜日)	2月22日(土曜日)
主食	カレーライス	ごはん	ごはん
副食	温泉卵 サラダ ブルーチェ 漬物 —	豚肉の生姜焼き 焼き茄子 じゃが芋とぜんまいの炒め煮 味噌汁 漬物	鯿の蒲焼き 里芋の煮つけ オクラのおかか和え ミニそば 漬物
エネルギー	595kcal	540kcal	508kcal
おやつ	炭酸饅頭	ムーンライトケーキ	牛乳寒天

管理栄養士 伊藤から一言「久しぶりにお好み焼きをメニューに入れさせてもらいました。皆様当日をお楽しみに！」

三輪の里デイサービスセンターお食事(昼食)献立予定表

令和2年2月24日(月)～2月29日(土)

	2月24日(月曜日)	2月25日(火曜日)	2月26日(水曜日)
主食	ごはん	助六	ごはん
副食	すき焼き 金時豆 大根の酢の物 味噌汁 漬物	ぜんまいの炒め煮 ブロッコリーのツナ和え フルーツ…オレンジ 赤だし汁 —	太刀魚の柚庵焼き ひじきの煮つけ インゲンのピーナッツ和え 清汁 漬物
エネルギー	564kcal	534kcal	525kcal
おやつ	ドームケーキ	吹雪饅頭	ホットカルピス・マドレーヌ

	2月27日(木曜日)	2月28日(金曜日)	2月29日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】	おにぎり
副食	さつま揚げ もずく ほうれん草の煮浸し かき玉汁 漬物	煮込みハンバーグ ジャーマンポテト 白菜と小松菜の胡麻和え コンソメスープ 漬物	きつねうどん 金平ごぼう うまい菜の辛子和え フルーツ…フルーツカクテル缶 —
エネルギー	522kcal	476kcal	513kcal
おやつ	栗大福	黒糖ムース	酒饅頭



管理栄養士 伊藤から一言「2月が終わり、次回からは3月に入ります！次回の行事食は「ひなまつり」です♪」