

## 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4月13日(月)～4月18日(土)

	4月13日(月曜日)	4月14日(火曜日)	4月15日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】	桜えびご飯
副食	豚の生姜焼き キャベツのゆかり和え イカとじゃが芋の煮物 味噌汁 漬物	カツオのたたき 高野の煮物 カリフラワーのピーナッツ和え 赤だし汁 漬物	豚のオイスター炒め ポテトサラダ めかぶの酢の物 味噌汁 —
エネルギー	517kcal	461kcal	584kcal
おやつ	トラロール	さとうきび饅頭	黒糖ムース



	4月16日(木曜日)	4月17日(金曜日)	4月18日(土曜日)
主食	ごはん	ビビンバ丼	ごはん
副食	揚げ出し豆腐あんかけ 里芋田楽 もやしの甘酢和え 味噌汁 漬物	大根サラダ 南瓜と竹輪の煮物 杏仁豆腐 ワタンスープ —	おろし豆腐ハンバーグ 蓮根とこんにゃくの煮物 ブロッコリーの明太マヨネーズ和え 味噌汁 漬物
エネルギー	516kcal	574kcal	480kcal
おやつ	ぼたぼた焼き	蒸しパン	栗あんパイ

管理栄養士 伊藤から一言「皆様、新型コロナウイルス感染予防に手洗いとうがい、規則正しい生活を心がけましょう！」

## 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4月20日(月)～4月25日(土)

	4月20日(月曜日)	4月21日(火曜日)	4月22日(水曜日)
主食	チキンカレー	ごはん	ごはん
副食	温泉卵 海藻サラダ 金時豆 漬物 —	サバの塩焼き 里芋とふきの煮物 紅白なます かき玉汁 漬物	すき焼き 切干大根の酢の物 さつま芋きんとん 味噌汁 漬物
エネルギー	577kcal	548kcal	531kcal
おやつ	ココアワッフル	ミニ今川焼き	ミニフィナンシェ

	4月23日(木曜日)	4月24日(金曜日)	4月25日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】	桜散らし寿司
副食	お刺身3点盛り 筍の土佐煮 もろきゅう 豚汁 のり佃煮	鶏肉と高野豆腐の炊き合わせ 菜の花の白和え ひじきの煮つけ 赤だし汁 漬物	キャベツの胡麻和え 長芋のくず煮 フルーツ寒天 赤だし汁 —
エネルギー	438kcal	490kcal	493kcal
おやつ	抹茶プリン	練り切り	カステラ



管理栄養士 伊藤から一言「23日のお刺身は、マグロ・鯛・サーモンの3種類ですよー！当日をお楽しみに！」