

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27日(月)～5月2日(土)

	4月27日(月曜日)	4月28日(火曜日)	4月29日(水曜日)
主食	ごはん【ふりかけデイ】	ごはん	ごはん
副食	蒸しギョウザ もやしとほうれん草のナムル 三色ゼリー わかめスープ 漬物	鮭の照り焼き じゃが芋の煮物 春雨の酢の物 味噌汁 漬物	コロッケ 切干大根煮 ほうれん草のごま和え 味噌汁 漬物
エネルギー	395kcal	452kcal	583kcal
おやつ	ようかん	りんごのタルト	どら焼き

	4月30日(木曜日)	5月1日(金曜日)	5月2日(土曜日)
主食	おにぎり	赤飯(毎月1日は赤飯の日)	ごはん
副食	ちゃんぽん麺 ブロッコリーの菜種和え 煮豆 フルーツ・・・びわ缶 —	千草焼き 人参金平 小松菜ともやしの生姜醤油和え 味噌汁 漬物	肉じゃが うまい菜の煮浸し めかぶの酢の物 味噌汁 漬物
エネルギー	557kcal	506kcal	567kcal
おやつ	さくらゼリー	スイートポテト	たまごボーロ・アップルティー



管理栄養士 伊藤から一言「あつという間に桜も散ってしまいましたが、皆様は満開の桜を見ることができましたか？」

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5月4日(月)～5月9日(土)

	5月4日(月曜日)	5月5日(火曜日)	5月6日(水曜日)
主食	ごはん	助六	ごはん【ふりかけデイ】
副食	チキン南蛮 たけのこ金平 ブロッコリーの和え物 清汁 漬物	大根のマヨネーズ和え 竹輪の生姜焼き 柏餅 赤だし汁 —	タラのムニエル 小松菜の磯部和え 煮豆 かき玉汁 漬物
エネルギー	538kcal	635kcal	456kcal
おやつ	和のパンケーキ(きなこ)	端午の節句デザート	水ようかん



	5月7日(木曜日)	5月8日(金曜日)	5月9日(土曜日)
主食	ごはん	ハヤシライス	ごはん
副食	サイコロステーキ うまい菜のなめ茸和え さつま芋の煮物 味噌汁 漬物	南瓜サラダ ひじきの煮付け フルーツ・・・キウイ 漬物 —	肉団子の甘酢あんかけ もやしのソテー インゲンのマヨネーズ和え 中華スープ 漬物
エネルギー	644kcal	597kcal	606kcal
おやつ	ストロベリーカスタードタルト	ロールケーキ(抹茶)	ブルーベリーケーキ

管理栄養士 伊藤から一言「5月5日はこどもの日です！どんなおやつが出てくるかは当日までお楽しみに♪」