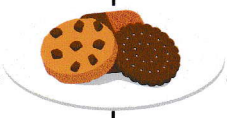
三輪の里デイサービスセンターお食事(昼食)献立予定表

令和2年5月11日(月)～5月16日(土)

	5月11日(月曜日)	5月12日(火曜日)	5月13日(水曜日)
主食	しそゴマ豚丼	ごはん【ふりかけデイ】	ごはん
副食	五目煮豆 ほうれん草のおかか和え フルーツ・・・オレンジ 赤だし汁 —	アジの南蛮漬け 切干大根の炒め煮 小松菜のマヨネーズ和え 味噌汁 漬物	豚しゃぶ鍋風 小松菜の錦糸和え ババロア 味噌汁 漬物
エネルギー	613kcal	500kcal	565kcal
おやつ	黒糖饅頭	マスカットゼリー	レモンカステラ



	5月14日(木曜日)	5月15日(金曜日)	5月16日(土曜日)
主食	ごはん	たけのこごはん	ごはん
副食	さつま揚げ うまい菜の煮浸し かぶのそぼろあんかけ 味噌汁 漬物	えび団子の炒め物 キャベツの酢の物 がんもの旨煮 味噌汁 漬物	ブリの照り焼き さつま芋の金平 肉焼売 かき玉汁 漬物
エネルギー	577kcal	525kcal	601kcal
おやつ	柏まんじゅう	ミニ今川焼き	黒糖ドーナツ

管理栄養士 伊藤から一言「11日の豚しそゴマ丼とは一体!?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5月18日(月)～5月23日(土)

	5月18日(月曜日)	5月19日(火曜日)	5月20日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	カレーライス
副食	さばの香味焼き 三色なます れんこん炒め 味噌汁 漬物	マグロカツ ほうれん草のごま和え ごぼう土佐煮 赤だし汁 漬物	海藻サラダ 温泉卵 野菜と果物のゼリー 漬物 —
エネルギー	530kcal	623kcal	585kcal
おやつ	フルーチェ	田舎饅頭	ココナッツサブレ

	5月21日(木曜日)	5月22日(金曜日)	5月23日(土曜日)
主食	ごはん【ふりかけデイ】	ごはん	うなぎ丼
副食	鶏肉のあっさり煮 キャベツのお浸し 卯の花 清汁 漬物	エビフライ チンゲン菜のピーナッツ和え カリフラワーの酢の物 セロリスープ 漬物	南瓜のそぼろ煮 春雨サラダ フルーツ・・・キウイ 赤だし汁 —
エネルギー	500kcal	538kcal	529kcal
おやつ	お茶プリン	ドームケーキ	水まんじゅう

管理栄養士 伊藤から一言「皆様は魚とお肉どちらがお好きですか？私はお肉が大好きなんです！」