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8月17日(月)～8月22日(土)

	8月17日(月曜日)	8月18日(火曜日)	8月19日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】
副食	厚揚げのあんかけ 里芋の旨煮 ほうれん草のなたね和え 味噌汁 漬物	銀ヒラスの梅焼き 大根の煮物 インゲンのごま和え 清汁 漬物	カニ玉 小松菜の煮浸し 絆三糸 中華スープ 漬物
エネルギー	546kcal	504kcal	432kcal
おやつ	水ようかん	ぶどうゼリー	ロールケーキ(メロン)

	8月20日(木曜日)	8月21日(金曜日)	8月22日(土曜日)
主食	夏野菜カレー	ごはん	ごはん
副食	キャベツの甘酢和え たまごサラダ フルーツカクテル缶 漬物 —	コロッケ 冬瓜の煮物 春雨の酢の物 味噌汁 漬物	豆腐ちゃんぶる 揚げ茄子 ブロッコリーのツナ和え 味噌汁 漬物
エネルギー	558kcal	578kcal	602kcal
おやつ	黄身あん饅頭	抹茶わらび餅	ドームケーキ

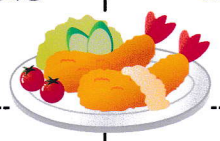
管理栄養士 伊藤から一言「これからも気温の高い日が続きます。皆様、熱中症にならないように注意しましょう！」

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8月24日(月)～8月29日(土)

	8月24日(月曜日)	8月25日(火曜日)	8月26日(水曜日)
主食	ごはん	カニ寿司	鶏の照り焼き丼
副食	タラのムニエル スパゲティーソテー アスパラの和え物 パンプキンスープ 漬物	がんもと刻み昆布の煮物 小松菜のわさび和え くず餅風デザート 赤だし汁 —	里芋の田楽 キャベツの酢の物 フルーツカクテル缶 清汁 —
エネルギー	525kcal	575kcal	494kcal
おやつ	牛乳ケーキ	パイ饅頭	スイートポテト

	8月27日(木曜日)	8月28日(金曜日)	8月29日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】	ごはん
副食	豚冷しゃぶ 茄子の煮物 小松菜のきのこ和え 味噌汁 漬物	アジの竜田焼き 冷奴 インゲンのピーナッツ和え 味噌汁 漬物	ミックスフライ 煮豆 ほうれん草の和え物 コンソメスープ 漬物
エネルギー	513kcal	462kcal	572kcal
おやつ	フルーチェ	シュークリーム	酒饅頭



管理栄養士 伊藤から一言「8月も終わり、次回の献立から9月に入ります。1か月があっという間に過ぎてしまいますね！」