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3年3月29日(月)～4月3日(土)

	3月29日(月曜日)	3月30日(火曜日)	3月31日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	おにぎり
副食	牛肉のカレーソテー マセドアンサラダ 卵スープ りんごゼリー 漬物	さばのおろし煮 切干大根の酢の物 ブロッコリーのピーナッツ和え 味噌汁 漬物	なめこそば 豚肉とゴボウの炒め煮 白菜の和え物 — —
エネルギー	503kcal	556kcal	479kcal
おやつ	おはぎ	きなこプリン	さくら饅頭

	4月1日(木曜日)	4月2日(金曜日)	4月3日(土曜日)
主食	赤飯(毎月1日は赤飯の日)	ごはん	ハヤシライス
副食	豚肉五目炒め 卵豆腐 茄子の揚げ煮 清汁 漬物	コロッケ スパゲティーソテー 小松菜の海苔和え ポタージュスープ 漬物	さつま芋のレモン煮 海藻サラダ 漬物 — —
エネルギー	586kcal	566kcal	488kcal
おやつ	ドームケーキ	ミニ今川焼き(カスタード)	チョイス ・ ホットカルピス

管理栄養士 伊藤から一言「マセドアンサラダの『マセドアン』とは、フランス語で『さいの目切り』という意味だそうですよ！」

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3年4月5日(月)～4月10日(土)

	4月5日(月曜日)	4月6日(火曜日)	4月7日(水曜日)
主食	山菜散らし寿司	ごはん	ごはん
副食	里芋田楽 チンゲン菜のわさび醤油和え 桜餅 清汁 —	鰆の照り焼き インゲンのごま和え 炒り卵 味噌汁 漬物	豚肉のピカタ ブロッコリーのマヨネーズ和え 長芋のくず煮 味噌汁 漬物
エネルギー	508kcal	543kcal	587kcal
おやつ	栗饅頭	豆乳饅頭	よもぎ饅頭

	4月8日(木曜日)	4月9日(金曜日)	4月10日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん【ふりかけデイ】	麦ごはん
副食	松風焼き 冬瓜の煮付け 春菊の和え物 清汁 漬物	鯵の塩焼き うまい菜の辛子和え 筍の土佐煮 わんこにゅう麺 漬物	肉団子の甘酢あんかけ アスパラのソテー とろろ芋 もやしスープ 漬物
エネルギー	445kcal	463kcal	554kcal
おやつ	コーヒーゼリー	シュークリーム	ムーンライトクッキー

管理栄養士 伊藤から一言「4月最初のお寿司は『山菜散らし寿司』です。今回は桜餅もご用意しておりますので、お楽しみに♪」