

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4年4月11日(月)～4月16日(土)

	4月11日(月曜日)	4月12日(火曜日)	4月13日(水曜日)
主食	おにぎり	ごはん	ごはん
副食	焼きうどん カリフラワーの梅肉和え フルーツ寒天 味噌汁 —	タラのホイル焼き 煮豆 ブロッコリーのピーナッツ和え 清汁 漬物	豚のオイスター炒め 小松菜のマスタード和え 南瓜の煮物 味噌汁 漬物
エネルギー	509kcal	509kcal	529kcal
おやつ	コーヒーゼリー	牛乳ケーキ	さとうきび饅頭

	4月14日(木曜日)	4月15日(金曜日)	4月16日(土曜日)
主食	ごはん	桜えびごはん	ごはん
副食	オムレツ(ホワイトソースがけ) トマトサラダ フルーツ・・・キウイ コンソメスープ 漬物	コロッケ 里芋の煮物 菜の花のお浸し 味噌汁 —	鶏の山椒焼き 切干大根煮 ひじきのサラダ 味噌汁 漬物
エネルギー	495kcal	538kcal	499kcal
おやつ	パハロア	黒棒	シェルケーキ・ジョア

管理栄養士 伊藤から一言「15日はお花見弁当をご用意します。皆様、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4年4月18日(月)～4月23日(土)

	4月18日(月曜日)	4月19日(火曜日)	4月20日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	カレーライス
副食	サバの生姜煮 里芋とふきの煮物 紅白なます 味噌汁 漬物	茹で豚の酢味噌がけ さつま芋の煮物 金平ごぼう 清汁 漬物	海藻サラダ ピーチゼリー 漬物 — —
エネルギー	513kcal	537kcal	533kcal
おやつ	ココアワッフル	アセロラゼリー	カステラ

	4月21日(木曜日)	4月22日(金曜日)	4月23日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん	ふりかけごはん
副食	お刺身3点盛り 焼売 白菜の中華和え 味噌汁 のり佃煮	牛肉のしらたき煮 南瓜と玉ねぎのバター醤油焼き わけぎのぬた和え 清汁 漬物	アジの塩焼き 厚揚げと茄子の煮物 キャベツの甘酢和え 豚汁 —
エネルギー	504kcal	510kcal	489kcal
おやつ	和のパンケーキ(抹茶)	クレープ	ちょぼちょぼクッキー

管理栄養士 伊藤から一言「暖かく過ごしやすい日が続いています。こんな日にするお昼寝は気持ちいいでしょうね！！」