

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8月29日(月)～9月3日(土)

	8月29日(月曜日)	8月30日(火曜日)	8月31日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	おにぎり
副食	酢鶏 もやしのナムル アセロラゼリー 中華スープ 漬物	メヌケのなると煮 大根の葉のおかか和え もやしと胡瓜の酢の物 味噌汁 漬物	冷やしおろしうどん 白菜のごま和え フルーツ盛り合わせ — —
エネルギー	519kcal	499kcal	506kcal
おやつ	フルーツカステラ	ビスコ	チョコワッフル

	9月1日(木曜日)	9月2日(金曜日)	9月3日(土曜日)
主食	赤飯(毎月1日は赤飯の日)	ごはん	ごはん
副食	炊き合わせ 小松菜の和え物 フルーツ…ぶどう缶 豚汁 漬物	天ぷら 金時豆 白菜の酢の物 清汁 のり佃煮	タラの菜種焼き 卵の花 めかぶの酢の物 清汁 漬物
エネルギー	503kcal	532kcal	511kcal
おやつ	ルマンド	オレンジゼリー	ちょぼちょぼクッキー

管理栄養士 伊藤から一言「いよいよ9月に入ります。これから秋に向けて涼しくなっていますね♪」

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9月5日(月)～9月10日(土)

	9月5日(月曜日)	9月6日(火曜日)	9月7日(水曜日)
主食	散らし寿司(うなぎ)	ごはん	ごはん
副食	たけのこの旨煮 ひじきのサラダ 赤だし汁 — —	メルルーサのカレームニエル 南瓜の煮物 ほうれん草のおかか和え 味噌汁 漬物	ハンバーグ(生姜あんかけ) かぶの含め煮 ブロッコリーの明太マヨネーズ和え 味噌汁 漬物
エネルギー	511kcal	505kcal	495kcal
おやつ	黒棒	練り切り	マドレーヌ

	9月8日(木曜日)	9月9日(金曜日)	9月10日(土曜日)
主食	オムライス	ごはん	麦ごはん
副食	大根サラダ コーヒーゼリー 野菜スープ — —	牛肉野菜炒め インゲンのピーナッツ和え ポテトサラダ 卵スープ 漬物	サバの味噌煮 アスパラマヨネーズ和え お月見ゼリー 清汁 漬物
エネルギー	514kcal	485kcal	557kcal
おやつ	ぼたぼた焼き	ココアムース	うさぎ饅頭

管理栄養士 伊藤から一言「今年の中秋の名月は9月10日です。当日は綺麗なお月様が見れますように♪」