

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12日(月)～9月17日(土)

	9月12日(月曜日)	9月13日(火曜日)	9月14日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	かに玉 エビ焼売 キャベツのナムル わかめスープ 漬物	厚揚げの野菜炒め 茄子の揚げ煮 切干大根の酢の物 清汁 漬物	豚肉野菜鍋 煮豆 もやしと胡瓜の酢の物 味噌汁 漬物
エネルギー	527kcal	517kcal	506kcal
おやつ	大納言どら焼き	ダブルシュークリーム	白桃のふんわりロール



	9月15日(木曜日)	9月16日(金曜日)	9月17日(土曜日)
主食	きのこごはん	ごはん	ごはん
副食	ほっけの塩焼き ブロッコリーのごま和え フルーツ・・・オレンジ・キウイ 団子汁 —	豚肉のねぎ塩炒め さつま芋の煮物 チンゲン菜のからし和え 味噌汁 漬物	鶏の照り焼き うまい菜のなめたけ和え さつま芋のレモン煮 清汁 漬物
エネルギー	500kcal	593kcal	502kcal
おやつ	おにぎりせんべい	グレープゼリー	今川焼き

管理栄養士 伊藤から一言「12日から14日は赤とんぼ喫茶です。当日のおやつを皆様お楽しみに♪」

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9月19日(月)～9月24日(土)

	9月19日(月曜日)	9月20日(火曜日)	9月21日(水曜日)
主食	ごはん	カレーライス	ごはん
副食	アジの蒲焼き ふきと南瓜の炊き合わせ 祝いまんじゅう 清汁 漬物	海藻サラダ 温泉卵 漬物 — —	豚肉の生姜焼き 切干大根の炒め煮 胡瓜の酢の物 味噌汁 漬物
エネルギー	501kcal	528kcal	539kcal
おやつ	クレープ	焼きドーナツ	水ようかん



	9月22日(木曜日)	9月23日(金曜日)	9月24日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	栗入りかき揚げ 白菜の酢の物 フルーツ・・・巨峰 赤だし汁 味のり	赤魚の煮付け 南瓜と玉ねぎのバター醤油焼き チンゲン菜のごま和え 味噌汁 漬物	和風八宝菜 蒸しシューマイ 春菊のごま和え 味噌汁 漬物
エネルギー	500kcal	501kcal	525kcal
おやつ	ミニたい焼き	ムーンライトクッキー	チョコ饅頭

管理栄養士 伊藤から一言「19日は敬老の日です。昼食にお祝いのお饅頭をつけさせてもらってます！！」