

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5年4月24日(月)～4月29日(土)

	4月24日(月曜日)	4月25日(火曜日)	4月26日(水曜日)
主食	ごはん	いなり寿司	ごはん
副食	サワラの塩焼き じゃが芋の炒め煮 もずく 清汁 漬物	キャベツのごま和え 長芋のくず煮 赤だし汁 — —	南瓜ひき肉フライ 冬瓜の煮物 インゲンの和え物 味噌汁 漬物
エネルギー	472kcal	514kcal	516kcal
おやつ	きなこプリン	ミニシュークリーム	雪の宿

	4月27日(木曜日)	4月28日(金曜日)	4月29日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	五目卵焼き たけのこ金平 ほうれん草の酢味噌和え 清汁 漬物	タラのムニエル キャベツのソテー アロエヨーグルト コンソメスープ 漬物	豚の生姜焼き ひじきの煮付け インゲンのマヨネーズ和え 味噌汁 漬物
エネルギー	516kcal	508kcal	511kcal
おやつ	プリン	フルーチェ	水ようかん



管理栄養士 伊藤から一言「月に2回ある寿司の日ですが、皆様は「散らし寿司」と「巻き寿司」のどちらがお好きですか？」

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5年5月1日(月)～5月6日(土)

	5月1日(月曜日)	5月2日(火曜日)	5月3日(水曜日)
主食	赤飯(毎月1日は赤飯の日)	ごはん	ごはん
副食	赤魚の西京焼き うまい菜の煮浸し カリフラワーの酢の物 清汁 漬物	天ぷら 小松菜の磯部和え お茶プリン かき玉汁 ふりかけ	鶏のレモン焼き 茄子の煮浸し うまい菜のゆず和え 味噌汁 漬物
エネルギー	501kcal	508kcal	566kcal
おやつ	ムーンライトクッキー	エクレア	焼きドーナツ



	5月4日(木曜日)	5月5日(金曜日)	5月6日(土曜日)
主食	ごはん	散らし寿司	ごはん
副食	麻婆豆腐 春雨サラダ フルーツ・・・パイン缶 中華スープ 漬物	里芋の煮物 白菜の和え物 端午の節句デザート 味噌汁 —	サバの味噌煮 炒り豆腐 ほうれん草のおかか和え 清汁 漬物
エネルギー	547kcal	566kcal	525kcal
おやつ	黒棒	コーヒーゼリー	チョイスビスケット

管理栄養士 伊藤から一言「5月5日は「こどもの日」です。どんなデザートが出るのかは当日までのお楽しみです♪」