

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8日(月)~5月13日(土)

	5月8日(月曜日)	5月9日(火曜日)	5月10日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	麦ごはん
副食	鮭の香味焼 かぶの含め煮 きのごサラダ 味噌汁 漬物	ぶたしゃぶ鍋 白花豆 胡瓜の酢の物 清汁 漬物	アジの塩焼き とろろ芋 小松菜のマヨネーズ和え 豚汁 漬物
エネルギー	426kcal	517kcal	525kcal
おやつ	ブルーベリーケーキ	ロールケーキ(塩キャラメル)	ショートケーキ



	5月11日(木曜日)	5月12日(金曜日)	5月13日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	鶏のさっぱり煮 ほうれん草のなめ茸和え 南瓜の湯葉あんかけ かき玉汁 漬物	たらの照り焼き ひじきの炒め煮 わけぎの酢味噌和え ミニうどん 漬物	さつま揚げ ブロッコリーのピーナッツ和え こんぶ豆 味噌汁 漬物
エネルギー	501kcal	511kcal	588kcal
おやつ	小豆のムース	カステラ饅頭	スイートポテト

管理栄養士 伊藤から一言「8日から10日は青空喫茶です。甘いおやつ食べながら楽しい時間をお過ごし下さい。」

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15日(月)~5月20日(土)

	5月15日(月曜日)	5月16日(火曜日)	5月17日(水曜日)
主食	炊き込みごはん	ごはん	木の葉丼
副食	さばの塩焼き 胡瓜の酢の物 フルーツ・・・ぶどう缶 赤だし汁 —	八宝菜 インゲンのごま和え マンゴプリン もやしスープ 漬物	里芋田楽 そうめんサラダ 清汁 —
エネルギー	546kcal	518kcal	510kcal
おやつ	ババロア	チョコレート饅頭	雪の宿(黒糖みるく)

	5月18日(木曜日)	5月19日(金曜日)	5月20日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん	カレーライス
副食	鶏のみぞれ煮 さつま芋金平 白菜の酢の物 清汁 漬物	ハンバーグ マッシュポテト キャベツのサラダ オニオンスープ 漬物	海藻サラダ りんごのコンポート 漬物 — —
エネルギー	501kcal	503kcal	510kcal
おやつ	たまごボーロ	フルーチェ	味噌饅頭



管理栄養士 伊藤から一言「皆様は、カレーのお肉は鶏・豚・牛のどれがお好きですか？私は牛肉ですね♪」