

## 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8月14日(月)～8月19日(土)

	8月14日(月曜日)	8月15日(火曜日)	8月16日(水曜日)
主食	ごはん	ひじきごはん	ごはん
副食	やきとり 卵の花 もやしの酢の物 清汁 漬物	厚揚げのあんかけ ほうれん草の菜種和え フルーツ・・・パイナップル 味噌にゅうめん —	肉団子の甘酢あんかけ ジャーマンポテト 小松菜の辛子和え 味噌汁 漬物
エネルギー	504kcal	535kcal	591kcal
おやつ	マドレーヌ	練り切り	白玉あんみつ



	8月17日(木曜日)	8月18日(金曜日)	8月19日(土曜日)
主食	ごはん	おにぎり	ごはん
副食	さつま揚げ 春雨の酢の物 マスカットゼリー 味噌汁 漬物	冷しきつねうどん ブロッコリーのツナ和え フルーツ・・・すいか — —	野菜炒め エビ焼売 さつま芋のレモン煮 かき玉汁 漬物
エネルギー	590kcal	505kcal	563kcal
おやつ	ちょぼちょぼクッキー	和のパンケーキ	青梅ゼリー

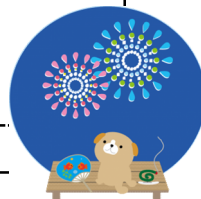
管理栄養士 伊藤から一言「暑い日がまだまだ続きます。皆様、水分と塩分補給をこまめに摂るようにして下さいね！」

## 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5年8月21日(月)～8月26日(土)

	8月21日(月曜日)	8月22日(火曜日)	8月23日(水曜日)
主食	三色丼	ごはん	ごはん
副食	竹輪の煮物 きゅうりの酢の物 ワンタンスープ — —	千草焼き かぶのそぼろあんかけ うまい菜のゆず和え 味噌汁 漬物	牛肉の野菜巻き 切干大根煮 ブロッコリーのピーナツ和え かき玉汁 漬物
エネルギー	508kcal	516kcal	582kcal
おやつ	くず饅頭	コーヒー牛乳プリン	牛乳ケーキ

	8月24日(木曜日)	8月25日(金曜日)	8月26日(土曜日)
主食	ごはん	散らし寿司	ごはん
副食	鶏の南蛮漬 ひじきの煮物 インゲンのおかか和え コンソメスープ 漬物	がんもと刻み昆布の煮物 小松菜のわさび和え 清汁 — —	肉じゃが 蓮根の金平 ほうれん草の和え物 味噌汁 漬物
エネルギー	532kcal	530kcal	513kcal
おやつ	どら焼き	シュークリーム	チョイスビスケット



管理栄養士 伊藤から一言「もう8月も終わりですね。皆様は、お祭りや花火を見に行かれましたか？」