

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9月25日(月)～9月30日(土)

	9月25日(月曜日)	9月26日(火曜日)	9月27日(水曜日)
主食	助六	ごはん	ごはん
副食	ほうれん草のわさび和え フルーチェ 清汁 — —	ポークピカタ 竹輪の生姜焼き キャベツの酢の物 味噌汁 漬物	コロッケ うまい菜のごま和え フルーツ寒天 スープ 漬物
エネルギー	580kcal	580kcal	515kcal
おやつ	まがりせんべい	ドームケーキ	たまごボーロ



	9月28日(木曜日)	9月29日(金曜日)	9月30日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん	おにぎり
副食	鶏肉のホイル蒸し もろきゅう フルーツ・・・ぶどう缶 味噌汁 漬物	サバの味噌煮 ブロッコリーマヨネーズ和え お月見ゼリー 清汁 漬物	たぬきそば 南瓜のあんかけ 小松菜の酢味噌和え — —
エネルギー	487kcal	573kcal	526kcal
おやつ	抹茶ミルクパバロア	お月見まんじゅう	ビスコ

管理栄養士 伊藤から一言「今年の十五夜は29日です。お月見のゼリーとまんじゅうをご用意していますのでお楽しみに♪」

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5年10月2日(月)～10月7日(土)

	10月2日(月曜日)	10月3日(火曜日)	10月4日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	麻婆茄子 ほうれん草のナムル オレンジゼリー もやしスープ 漬物	鶏のから揚げ 胡瓜の中華和え れんこん金平 味噌汁 漬物	ほっけの塩焼き 茄子の煮浸し チンゲン菜のお浸し 味噌汁 漬物
エネルギー	481kcal	528kcal	526kcal
おやつ	和のパンケーキ	マドレーヌ	青りんごゼリー



	10月5日(木曜日)	10月6日(金曜日)	10月7日(土曜日)
主食	穴子の散らし寿司	ごはん	炊き込みごはん
副食	厚揚げの煮物 柿ゼリー 味噌汁 — —	鶏のハチミツ照り焼き 里芋とふきの煮物 白菜の酢の物 味噌汁 漬物	焼き栗コロッケ 炊き合わせ フルーツ盛り合わせ 味噌汁 —
エネルギー	531kcal	507kcal	585kcal
おやつ	せんべい	フルーチェ	吹雪饅頭



管理栄養士 伊藤から一言「7日は行楽弁当をご用意していますので、当日を楽しみにして下さいね。」