

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6年2月26日(月)～3月2日(土)

	2月26日(月曜日)	2月27日(火曜日)	2月28日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	厚揚げのあんかけ 大根の酢の物 ブロッコリーのソテー 味噌汁 漬物	カレイの煮付け 金平ごぼう ほうれん草のおかか和え かき玉汁 漬物	鶏の山椒焼き 小松菜の和え物 さつま芋の煮物 味噌汁 漬物
エネルギー	516kcal	509kcal	518kcal
おやつ	ブルーベリーケーキ	水ようかん	ハバロア(ヨーグルト)

	2月29日(木曜日)	3月1日(金曜日)	3月2日(土曜日)
主食	おにぎり	赤飯(毎月1日は赤飯の日)	ごはん
副食	きつねうどん 高野豆腐の含め煮 うまい菜のからし和え — —	炊き合わせ ひじきの煮付け 菜の花の酢味噌和え 清汁 漬物	とんかつ マカロニサラダ さつま芋のレモン煮 味噌汁 漬物
エネルギー	535kcal	503kcal	595kcal
おやつ	黄身あん饅頭	ひなサンドケーキ	めびな饅頭



管理栄養士 伊藤「3月1日、2日はひなまつりレクです。それに合わせたおやつ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6年3月4日(月)～3月9日(土)

	3月4日(月曜日)	3月5日(火曜日)	3月6日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	鶏つくね照焼 れんこん金平 白菜のレモン和え 味噌汁 漬物	ほっけの塩焼き チンゲン菜の炒め煮 さつま芋の煮物 味噌汁 漬物	ハンバーグ たけのこの旨煮 キャベツの甘酢和え 味噌汁 漬物
エネルギー	527kcal	505kcal	509kcal
おやつ	炭酸饅頭	きなこプリン	うさぎ饅頭

	3月7日(木曜日)	3月8日(金曜日)	3月9日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	赤魚の煮付 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	エビフライ・ホタテフライ ポテトサラダ インゲンの和え物 パンプキンスープ 漬物	牛肉のオイスターソース炒め 切干大根煮 ブロッコリーのピーナッツ和え 具だくさん汁 漬物
エネルギー	495kcal	560kcal	515kcal
おやつ	いもきんつば	酒饅頭	ようかん



管理栄養士 伊藤「5日のメニューですが、今回は通常メニューになっております。皆様ご注意ください。」