

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12日(月)～2月17日(土)

	2月12日(月曜日)	2月13日(火曜日)	2月14日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	サバの塩焼き 里芋とふきの煮物 小松菜の酢味噌和え 清汁 漬物	豚肉と春雨のゴマ炒め 南瓜煮物 うまい菜の和え物 味噌汁 漬物	ビーフシチュー 温野菜 チョコババロア 漬物 —
エネルギー	531kcal	580kcal	550kcal
おやつ	エクレア	ちょぼちょぼクッキー	ミニマフィン(イチゴ)



	2月15日(木曜日)	2月16日(金曜日)	2月17日(土曜日)
主食	炊き込みごはん	ごはん	ごはん
副食	鯨の蒲焼き 切干大根煮 ブロッコリーおかか和え 味噌汁 —	エビマヨ 長芋のぐず煮 胡瓜の酢の物 味噌汁 漬物	鶏肉のさっぱり煮 茄子煮物 小松菜の酢味噌和え かき玉汁 漬物
エネルギー	516kcal	591kcal	522kcal
おやつ	酒まんじゅう	黒糖ムース	トラロール

管理栄養士 伊藤「2月14日はバレンタインデーです。デザートにチョコババロアをつけているので皆様召し上がれ♪」

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19日(月)～2月24日(土)

	2月19日(月曜日)	2月20日(火曜日)	2月21日(水曜日)
主食	ごはん	ポークカレー	ごはん
副食	カレイの香味焼き ひじき煮付け インゲンのピーナツ和え わんこにゅうめん 漬物	サラダ いちごプリン 漬物 — —	すき焼き風煮 もやし酢の物 温泉卵 味噌汁 漬物
エネルギー	501kcal	546kcal	546kcal
おやつ	焼きプリンタルト	やわらかおかき	ミニシュークリーム



	2月22日(木曜日)	2月23日(金曜日)	2月24日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	タラのムニエル ポークビーンズ チンゲン菜のごま和え コーンスープ 漬物	スペイン風オムレツ ほうれん草のソテー フルーツ・・・フルーツカクテル缶 野菜スープ 漬物	豚じゃが 竹輪の生姜焼き めかぶの酢の物 味噌汁 漬物
エネルギー	539kcal	547kcal	564kcal
おやつ	フルーチェ	おにぎりせんべい	カステラ

管理栄養士 伊藤「気が付けば、2月もあと一週間。来月の行事食は一体何があるでしょうか？皆様はもう分かりますね♪」