

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4月22日(月)～4月27日(土)

| | 4月22日(月曜日) | 4月23日(火曜日) | 4月24日(水曜日) |
|-------|--|---|---|
| 主食 | わかめごはん | ごはん | ごはん |
| 副食 | 鱈の竜田揚げ じゃが芋の炒め煮 もやしの酢の物 清汁 — | おろしハンバーグ ピーマンのお浸し 高野豆腐と竹輪の煮物 味噌汁 漬物 | 南瓜ひき肉フライ 冬瓜煮物 インゲンの和え物 味噌汁 漬物 |
| エネルギー | 523kcal | 503kcal | 501kcal |
| おやつ | きなこプリン | ミニシュークリーム | ぼたぼた焼き |

| | 4月25日(木曜日) | 4月26日(金曜日) | 4月27日(土曜日) |
|-------|--|--|---|
| 主食 | いなり寿司 | ごはん | ごはん |
| 副食 | ブロッコリーのごま和え お麩の卵とじ 赤だし汁 — —  | タラのムニエル キャベツのソテー アロエヨーグルト コンソメスープ 漬物 | 豚肉の生姜焼き ひじきの煮付け インゲンのマヨネーズ和え 味噌汁 漬物 |
| エネルギー | 557kcal | 509kcal | 511kcal |
| おやつ | プリン | 炭酸饅頭 | 水ようかん |

管理栄養士 伊藤から一言「25日のお寿司は『いなり寿司』です。皆様当日をお楽しみに♪」

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4月29日(月)～5月4日(土)

| | 4月29日(月曜日) | 4月30日(火曜日) | 5月1日(水曜日) |
|-------|---|--|---|
| 主食 | ごはん | おにぎり | 赤飯(毎月1日は赤飯の日) |
| 副食 | サバの味噌煮 ほうれん草の和え物 南瓜煮物 かき玉汁 漬物 | カレーうどん ブロッコリーの菜種和え フルーツ…オレンジ — — | 鶏のレモン焼き 茄子の煮浸し お茶プリン 味噌汁 漬物 |
| エネルギー | 500kcal | 572kcal | 546kcal |
| おやつ | ムーンライトクッキー | 田舎饅頭 | ビスコ |



| | 5月2日(木曜日) | 5月3日(金曜日) | 5月4日(土曜日) |
|-------|--|-----------------------------------|--|
| 主食 | ごはん | しそゴマ豚丼 | ごはん |
| 副食 | 麻婆豆腐 春雨サラダ フルーツ…パイン 中華スープ 漬物 | 紅白なます 小松菜の煮浸し 味噌汁 — — | タラの粕漬焼き 炒り豆腐 うまい菜のゆず和え 具だくさん汁 漬物 |
| エネルギー | 538kcal | 514kcal | 505kcal |
| おやつ | コーヒーゼリー | 焼きドーナツ | よもぎ饅頭 |

管理栄養士 伊藤から一言「5月に入りましたね。1日は『八十八夜』なので、昼食にお茶プリンをご用意してます!」