

## 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6月17日(月)～6月22日(土)

	6月17日(月曜日)	6月18日(火曜日)	6月19日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	豚しゃぶ かぶの煮物 フルーツ・・・オレンジ 味噌汁 漬物	エビマヨ カリフラワーのカーレー炒め 小松菜の和え物 中華スープ 漬物	タラの粕漬け焼き さつま揚げの旨煮 もやしの酢の物 豚汁 漬物
エネルギー	496kcal	521kcal	458kcal
おやつ	ミニ今川焼き	黒糖ムース	どら焼き

	6月20日(木曜日)	6月21日(金曜日)	6月22日(土曜日)
主食	夏野菜カレー	ごはん	ごはん
副食	和風サラダ フルーツあんみつ 漬物 — —	鯖の塩焼き ひじきの炒り煮 しろ菜の辛子和え 味噌汁 漬物	豚肉の生姜焼き 卵豆腐 インゲンのごま和え 味噌汁 漬物
エネルギー	541kcal	485kcal	536kcal
おやつ	ハバロア	ところてん	ドームケーキ



管理栄養士 伊藤から一言「20日は『夏野菜カレー』です。デザートもありますので、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6月24日(月)～6月29日(土)

	6月24日(月曜日)	6月25日(火曜日)	6月26日(水曜日)
主食	ごはん	助六	ごはん
副食	鶏のレモン焼き 根菜の煮物 胡瓜の梅肉和え 味噌汁 漬物	がんもの煮物 畑菜のからし和え 味噌汁 — —	八宝菜 ぜんまいの炒め煮 大学芋 中華スープ 漬物
エネルギー	513kcal	576kcal	530kcal
おやつ	水まんじゅう	どら焼き	あじさいゼリー



	6月27日(木曜日)	6月28日(金曜日)	6月29日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	アジの利休焼き 茄子のそぼろあんかけ うまい菜のお浸し 味噌汁 漬物	チーズはんぺんフライ 胡瓜の酢の物 フルーツ・・・パイン 味噌汁 漬物	カレイの照り焼き 卵豆腐 ほうれん草のおかか和え 豚汁 漬物
エネルギー	504kcal	505kcal	492kcal
おやつ	カステラ	おにぎりせんべい	プリン

管理栄養士 伊藤から一言「暑い日が続いています。皆様、こまめな水分補給を忘れずに！！」