

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7月29日(月)～8月3日(土)

	7月29日(月曜日)	7月30日(火曜日)	7月31日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	おにぎり
副食	揚げ出し豆腐 キャベツの甘酢和え フルーツあんみつ 味噌汁 漬物	赤魚の煮付 小松菜の酢味噌和え 金平ごぼう 清汁 漬物	冷やしきつねうどん かぶのそぼろあんかけ 白菜の梅肉和え — —
エネルギー	536kcal	453kcal	499kcal
おやつ	やわらかおかき	プリン	ビスコ

	8月1日(木曜日)	8月2日(金曜日)	8月3日(土曜日)
主食	赤飯(毎月1日は赤飯の日)	中華丼	ごはん
副食	アジの蒲焼 もやしの酢の物 ほうれん草のわさび和え 清汁 漬物	インゲンベーコン炒め 春雨サラダ わかめスープ — —	サバの味噌煮 揚げ茄子の煮浸し 冷奴 清汁 漬物
エネルギー	574kcal	526kcal	506kcal
おやつ	ハバロア	スイートポテト	黒棒



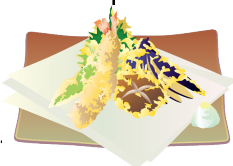
管理栄養士 伊藤から一言「気が付けば、もう8月ですね。猛暑が続きますが、皆様水分補給は忘れずに!!」

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8月5日(月)～8月10日(土)

	8月5日(月曜日)	8月6日(火曜日)	8月7日(水曜日)
主食	散らし寿司	ごはん	ごはん
副食	厚揚げの炊き合わせ くず餅風デザート 赤だし汁 — —	カレイの生姜煮 ひじきの炒め煮 卵豆腐 味噌汁 漬物	豆腐のカニあんかけ じゃが芋の土佐煮 白菜の酢の物 味噌汁 漬物
エネルギー	538kcal	512kcal	491kcal
おやつ	コーヒーゼリー	せんべい	ロールケーキ(スイカ)

	8月8日(木曜日)	8月9日(金曜日)	8月10日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん	麦ごはん
副食	天ぷら 胡瓜の梅肉和え 金平ごぼう 味噌汁 ふりかけ	牛肉のオイスターソース炒め 和風サラダ かぶの煮物 セロリスープ 漬物	千草焼き とろろ芋 キャベツの甘酢和え 味噌汁 漬物
エネルギー	531kcal	538kcal	506kcal
おやつ	水ようかん(抹茶)	マドレーヌ	ハバロア(ストロベリー)



管理栄養士 伊藤から一言「8月8日のメニューは「天ぷら」です！皆様、当日をお楽しみに♪」