

## 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12日(月)～8月17日(土)

	8月12日(月曜日)	8月13日(火曜日)	8月14日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	やきとり 卵の花 ブロッコリー明太マヨネーズ和え 清汁 漬物	さつま揚げ 春雨の酢の物 煮豆 味噌汁 漬物	肉団子の甘酢あんかけ ジャーマンポテト 小松菜の辛子和え 味噌汁 漬物
エネルギー	563kcal	571kcal	591kcal
おやつ	かき氷	かき氷	かき氷



	8月15日(木曜日)	8月16日(金曜日)	8月17日(土曜日)
主食	ひじきごはん	おにぎり	ごはん
副食	タラの西京焼き うまい菜のポン酢和え フルーツ・・・すいか 具だくさん汁 —	おろしうどん ブロッコリーのツナ和え 南瓜煮物 — —	野菜炒め エビ焼売 さつま芋のレモン煮 かき玉汁 漬物
エネルギー	505kcal	537kcal	563kcal
おやつ	ちょぼちょぼクッキー	和のパンケーキ	青梅ゼリー

管理栄養士 伊藤から一言「12日から14日のおやつは『かき氷』です。皆様は何味のシロップがお好きですか？私は定番のイチゴですね!」

## 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19日(月)～8月24日(土)

	8月19日(月曜日)	8月20日(火曜日)	8月21日(水曜日)
主食	ごはん	夏野菜カレー	ごはん
副食	赤魚の煮付け ひじきの炒り煮 もずく 味噌汁 漬物	大根サラダ フルーチェ(イチゴ) 漬物 — —	豆腐のかにかまあんかけ 茄子煮物 ブロッコリーのピーナッツ和え かき玉汁 漬物
エネルギー	500kcal	522kcal	512kcal
おやつ	くず饅頭	ぼたぼた焼き	ドームケーキ



	8月22日(木曜日)	8月23日(金曜日)	8月24日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	鶏の南蛮漬け 里芋のそぼろあんかけ キャベツのごま和え 味噌汁 漬物	エビマヨ ジャーマンポテト 小松菜の湯葉和え 味噌汁 漬物	肉じゃが 蓮根の金平 ほうれん草の和え物 味噌汁 漬物
エネルギー	558kcal	524kcal	514kcal
おやつ	シュークリーム	チョコレートババロア	水菓子(白桃)

管理栄養士 伊藤から一言「35度を超える日々が続いています。熱中症にならないように皆様気をつけてください。」