

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11月18日(月)～11月23日(土)

	11月18日(月曜日)	11月19日(火曜日)	11月20日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	チキンカレー
副食	照り焼きハンバーグ ジャーマンポテト 杏仁豆腐 パンプキンスープ 漬物	ほきの黄金焼き 卵豆腐のあんかけ インゲンのからし和え 味噌汁 漬物	キャベツのサラダ 温泉卵 漬物 — —
エネルギー	607kcal	465kcal	513kcal
おやつ	和パンケーキ	いちごプリン	かすてら饅頭



	11月21日(木曜日)	11月22日(金曜日)	11月23日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	肉団子の甘酢煮 チンゲン菜炒り煮 チョコレートババロア たまごスープ 漬物	鯖のつけ焼き 里芋そぼろあんかけ しろ菜のゆず和え 味噌汁 漬物	鶏のマーマレード焼き ほうれん草コーンバターソテー 白菜ゆかり和え 味噌汁 漬物
エネルギー	565kcal	514kcal	509kcal
おやつ	きなこプリン	まんじゅう	マドレーヌ

栄養士 勝水から一言「今年もあと二か月ですね。今年のうちに挑戦したいことはありますか？私は掃除です。」

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11月25日(月)～11月30日(土)

	11月25日(月曜日)	11月26日(火曜日)	11月27日(水曜日)
主食	助六	ポークハヤシライス	ごはん
副食	炊き合わせ キャベツしらす和え 味噌汁 — —	ブロッコリーのサラダ オレンジ 漬物 — —	鮭の照り焼き 煮奴 南瓜の煮物 赤だし 漬物
エネルギー	549kcal	525kcal	442kcal
おやつ	どら焼き(こしあん)	フルーチェ	ぜんざい



	11月28日(木曜日)	11月29日(金曜日)	11月30日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん	おにぎり
副食	豚肉の生姜炒め じゃが芋の煮物 白菜ゆかり和え 清汁 漬物	さつま揚げ 小松菜のお浸し もやしの酢の物 味噌汁 漬物	きつねうどん 五目煮 茄子のポン酢和え — —
エネルギー	539kcal	504kcal	609kcal
おやつ	シュークリーム	ルマンド	黒糖饅頭



栄養士 勝水から一言「寒くなってくると控えがちですが、温かいお茶などでしっかりと水分補給をしてくださいね。」