

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7年2月24日(月)～3月1日(土)

	2月24日(月曜日)	2月25日(火曜日)	2月26日(水曜日)
主食	ごはん	穴子ちらし寿司	ごはん
副食	厚揚げのあんかけ 浅漬 コンニャク甘辛炒め 味噌汁 味付け海苔	田楽 小松菜ゆば和え 清汁 — —	アジの梅煮 五目煮豆 白菜の塩昆布和え 味噌汁 漬物
エネルギー	427kcal	475kcal	445kcal
おやつ	ドームケーキ(チョコ)	どら焼き(こしあん)	ババロア(ヨーグルト)



	2月27日(木曜日)	2月28日(金曜日)	3月1日(土曜日)
主食	ごはん	おにぎり(梅しらす)	赤飯
副食	チキンカツ ピーマンのカレーソテー 中華ポテト 中華スープ 漬物	ほうとう 高野豆腐含め煮 めかぶの酢の物 — —	かれの煮付け がんと含め煮 菜の花の酢味噌和え 清汁 漬物
エネルギー	507kcal	505kcal	562kcal
おやつ	もみじ饅頭	バームクーヘン	炭酸饅頭



栄養士 勝水から一言「ほうとうは山梨県の郷土料理です。麺と南瓜などの野菜を味噌で煮込んだ料理です。」

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7年3月3日(月)～3月8日(土)

	3月3日(月曜日)	3月4日(火曜日)	3月5日(水曜日)
主食	桜ちらし	ごはん	ごはん
副食	ひなあられ 南瓜の煮物 若竹汁 — —	赤魚の煮付け 切干大根の酢の物 さつま芋の煮物 味噌汁 漬物	和風ハンバーグ(きのこあんかけ) たけのご旨煮 キャベツの甘酢和え 味噌汁 漬物
エネルギー	475kcal	509kcal	443kcal
おやつ	ひな祭りケーキ	めびな・おびな饅頭	ねりきり(なばな)



←

お茶会

→

	3月6日(木曜日)	3月7日(金曜日)	3月8日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん	豚丼
副食	ほっけの塩焼き 揚げなす チンゲン菜ごま和え 味噌汁 漬物	エビフライ・ホタテフライ ポテトサラダ ブロッコリーのピーナッツ和え ポタージュスープ 漬物	もやしのナムル ストロベリーババロア 中華スープ — —
エネルギー	442kcal	577kcal	548kcal
おやつ	きみしぐれ	酒饅頭	ねりきり(桜)



栄養士 勝水から一言「3月3日はひな祭りですね。ひな祭りにちなんだおやつを提供させていただきます。」