

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4月21日(月)～4月26日(土)

	4月21日(月曜日)	4月22日(火曜日)	4月23日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	すき焼き風煮 もやしの酢の物 温泉卵 清汁 漬物	つくねの照り焼き ピーマンお浸し もずく 味噌汁 漬物	タラのムニエル 高野豆腐の含め煮 キャベツ酢の物 味噌汁 漬物
エネルギー	550kcal	512kcal	451kcal
おやつ	ムーンライトクッキー	ミニシュークリーム	ぼたぼた焼き

	4月24日(木曜日)	4月25日(金曜日)	4月26日(土曜日)
主食	ごはん	巻き寿司	木の葉丼
副食	豚肉の塩麴炒め インゲン和え物 大根の旨煮 味噌汁 漬物	いわしの鯉煮 白菜の煮浸し 赤だし — —	冬瓜煮物 菜の花のマヨネーズ和え 味噌汁 — —
エネルギー	432kcal	440kcal	418kcal
おやつ	水ようかん	炭酸饅頭	ぶどうゼリー

栄養士 勝水から一言「何もしていなくても身体から水分は減っていきます。こまめな水分補給で脱水を予防しましょう！」

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4月28日(月)～5月3日(土)

	4月28日(月曜日)	4月29日(火曜日)	4月30日(水曜日)
主食	筍ごはん	ごはん	ごはん
副食	フライ盛り合わせ 炊き合わせ 練り切り(山桜) 清汁 漬物	かわいい煮付け がんもの煮物 ほうれん草の和え物 味噌汁 漬物	鶏団子のトマト煮 春雨サラダ ビタミンゼリー コーンスープ 漬物
エネルギー	583kcal	476kcal	612kcal
おやつ	マドレーヌ	たまごボーロ	もみじ饅頭

	5月1日(木曜日)	5月2日(金曜日)	5月3日(土曜日)
主食	赤飯	ビビンバ丼	ごはん
副食	タラのごま風味焼き 高野豆腐の含め煮 菜の花の和え物 味噌汁 漬物	チンゲン菜のナムル 中華ポテト 中華スープ — —	豚肉と野菜の味噌煮 畑菜の甘辛炒め 白菜のゆかり和え 清汁 漬物
エネルギー	472kcal	550kcal	457kcal
おやつ	コーヒゼリー	焼きドーナツ	ソフトサラダ

栄養士 勝水から一言「28日は花見弁当を提供いたします。いつもより豪華な内容なので楽しんでいただけたら嬉しいです♪」