

## 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8月25日(月)～8月30日(土)

	8月25日(月曜日)	8月26日(火曜日)	8月27日(水曜日)
主食	サラダ巻き	ごはん	ごはん
副食	がんもの含め煮 しろなのゆず和え 清汁 — —	フライ盛り合わせ 海藻サラダ ビタミンゼリー ワカメスープ 漬物	サバの梅さっぱり焼き 冬瓜エビあんかけ インゲンピーナッツ和え 味噌汁 漬物
エネルギー	529kcal	561kcal	495kcal
おやつ	ポーロ	やわらかおかき(きなこ)	クレープ(バニラアイス味)

	8月28日(木曜日)	8月29日(金曜日)	8月30日(土曜日)
主食	ごはん	ごはん	木の葉丼
副食	鶏肉のホイル焼き 卵の花 白菜の酢の物 味噌汁 漬物	麻婆茄子 シュウマイ 春雨サラダ 中華スープ 漬物	にんじん炒め煮 煮豆 清汁 — —
エネルギー	507kcal	566kcal	468kcal
おやつ	酒まんじゅう	黒棒	ようかん(さつまいも)

栄養士 勝水から一言「8月も終わりですが、まだまだ暑い日が続きます。しっかりと水分補給をして体調に気をつけて下さいね。」

## 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7年9月1日(月)～9月6日(土)

	9月1日(月曜日)	9月2日(火曜日)	9月3日(水曜日)
主食	赤飯	ごはん	ごはん
副食	さわらの塩焼き 茄子の揚げ煮 小松菜酢味噌和え 清汁 漬物	豚肉の生姜炒め 白菜の煮浸し きゅうりの酢の物 味噌汁 漬物	エビフライ ひじきのサラダ みかん缶 ミネストローネ 漬物
エネルギー	593kcal	568kcal	572kcal
おやつ	水まんじゅう	マドレーヌ	雪の宿

	9月4日(木曜日)	9月5日(金曜日)	9月6日(土曜日)
主食	ごはん	ちらし寿司	ごはん
副食	カレーの照り焼き 白菜の梅和え 高野豆腐の含め煮 味噌汁 漬物	冬瓜の煮物 菜の花湯葉和え 赤だし — —	和風ハンバーグ(きのこあんかけ) 切干大根の煮物 浅漬け風 味噌汁 漬物
エネルギー	410kcal	437kcal	486kcal
おやつ	今川焼(カスタード)	おにぎりせんべい	いちごプリン

栄養士 勝水から一言「今川焼は、他に回転焼や大判焼などの呼び方があるそうです。皆様は何と呼ばれますか？」