

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22日(月)～9月27日(土)

	9月22日(月曜日)	9月23日(火曜日)	9月24日(水曜日)
主食	ごはん	ごはん	ごはん
副食	鶏のパン粉焼き ほうれん草のソテー フルーツポンチ ポタージュスープ 漬物	豚しょうが炒め 梨 切り干し大根の炒め煮 味噌汁 漬物	たらのごま風味焼き ほうれん草お浸し 金平ごぼう 豚汁 漬物
エネルギー	611kcal	515kcal	413kcal
おやつ	ムーンライトクッキー	おはぎ	みかんゼリー

	9月25日(木曜日)	9月26日(金曜日)	9月27日(土曜日)
主食	いなり寿司	ごはん	ごはん
副食	菜の花の和え物 がんもの煮物 — — —	鶏肉のホイル蒸し 五目野菜 小松菜酢味噌和え 清汁 漬物	白身魚の野菜あんかけ 揚げなす肉味噌掛け きのこ和え 味噌汁 漬物
エネルギー	533kcal	549kcal	509kcal
おやつ	ななよせ	ゴーフレット	バウムクーヘン

栄養士 勝水から一言「25、26、27日は赤とんぼ喫茶を開催します。美味しいお菓子で会話も弾みますね。」

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7年9月29日(月)～10月4日(土)

	9月29日(月曜日)	9月30日(火曜日)	10月1日(水曜日)
主食	黒糖ロール	ごはん	赤飯
副食	スパゲッティミートソース コーヒゼリー ブロッコリーマヨネーズ和え コンソメスープ —	赤魚の味噌漬焼き 卵の花 春雨の酢の物 味噌汁 漬物	鶏の山椒焼き 胡瓜の酢の物 茄子の煮びたし 清汁 漬物
エネルギー	561kcal	449kcal	548kcal
おやつ	和のパンケーキ(抹茶)	マドレーヌ	フルーチェ

	10月2日(木曜日)	10月3日(金曜日)	10月4日(土曜日)
主食	きのこごはん	ごはん	ごはん
副食	焼き栗コロッケ 炊き合わせ 小松菜酢味噌和え 団子汁 —	鯖の塩焼き 里芋とふきの煮物 うまい菜なめたけ和え 味噌汁 漬物	肉団子甘酢あんかけ キャベツのピーナツ和え たけのこ金平 かき玉汁 漬物
エネルギー	629kcal	457kcal	531kcal
おやつ	伊吹饅頭	magariせんべい	クレープ(いちご)

栄養士 勝水から一言「2日は秋の行楽弁当です。きのこや栗など、秋の美味しいものを提供いたします。お楽しみに♪」