

所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	2月12日	2月13日	2月14日	2月15日	2月16日	2月17日	2月18日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	うめしそ粥	パン	御飯	御飯	御飯	パン	御飯
	味噌汁(ナス、揚げ)	コンソメスープ	味噌汁(大根、葉)	味噌汁(キャベツ、しめじ)	味噌汁(えのき、小松菜)	コーンスープ	味噌汁(しめじ、小松菜)
	がんもの含め煮	オムレツ	つくね団子の照り煮	卵の花	温泉卵	野菜ソテー	高野豆腐の含め煮
	もやしのごま酢和え	いんげんのサラダ	青梗菜のお浸し	白菜の柚子和え	大根の炒り煮	花野菜サラダ	オクラのおかか和え
		ジャム	梅干し	ふりかけ		ジャム	ふりかけ
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	418Kcal	423Kcal	468Kcal	401Kcal	447Kcal	455Kcal	419Kcal
昼	御飯	御飯		御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(玉葱、しめじ)	味噌汁(豆腐、若布)		コンソメスープ	具沢山汁	味噌汁(ほうれん草、揚げ)	味噌汁(麩、若布)
	カクテル缶	みかん缶	りんご缶	フルーツヨーグルト	漬物	漬物	漬物
	Aさばの煮つけ	Aチキンカツ	Aけんちんうどん	A白身魚のピザ焼き	A白身魚・イカフライ	A和風おろしハンバーグ	A肉野菜炒め
	B回鍋肉	B焼きかれの和風ソース	B親子煮・御飯・味噌汁	Bカレーライス	B中華五目豆腐	Bメバルの香味焼き	Bさわらの照り焼き
	炒り豆腐	五目大豆煮	味噌田楽	かにクリームコロッケ	竹輪とかぶの含め煮	里芋の含め煮	青菜の煮浸し
	小松菜の磯和え	ナムル	胡瓜の酢の物	ツナサラダ	ほうれん草の菊花和え	若布サラダ	マカロニサラダ
	Aエネルギー	553Kcal	611Kcal	432Kcal	586Kcal	539Kcal	543Kcal
Bエネルギー	542Kcal	455Kcal	592Kcal	667Kcal	449Kcal	476Kcal	533Kcal
おやつ	羊かん・牛乳	ハッピーターン・牛乳	ロールケーキ・牛乳	オレンジゼリー・牛乳	黒糖饅頭・牛乳	カステラ・牛乳	クリームパン・牛乳
おやつエネルギー	147Kcal	123Kcal	299Kcal	101Kcal	151Kcal	169Kcal	163Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(もやし、にら)	味噌汁(里芋、葱)	すまし汁	味噌汁(白菜、葱)	味噌汁(麩、葱)	すまし汁	つみれ汁
	おでん	たらのおろし煮	ロールキャベツ	肉団子の甘酢煮	豚の角煮	白身魚の味噌バター焼き	さばの味噌煮
	大豆とひじきのサラダ	切り昆布の煮つけ	カレージャーマンポテト	海老ともやしの炒め物	じゃこ炒め	畑菜のかつお和え	ビーフンソテー
	漬物	漬物	漬物	漬物	カクテル缶	みかん缶	黄桃缶
エネルギー	456Kcal	391Kcal	391Kcal	471Kcal	558Kcal	408Kcal	552Kcal

*この施設で使用しているお米は『宮城産 ひとめぼれ』です

*都合により 献立内容や食材が変更する場合がございますのでご了承ください。

所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	2月19日	2月20日	2月21日	2月22日	2月23日	2月24日	2月25日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	パン	御飯	パン	御飯	御飯
	味噌汁(畑菜、えのき)	味噌汁(南瓜、葱)	コンソメスープ	味噌汁(じゃが芋、若布)	ポタージュスープ	味噌汁(しめじ、小松菜)	味噌汁(さつまいも、葱)
	納豆	里芋と竹輪の含め煮	オムレツ	肉詰めいなり	炒り卵	高野豆腐の含め煮	魚河岸揚げの含め煮
	カリフラワーの吉野煮	大根のツナ和え	コールスローサラダ	胡瓜の酢の物	フレンチサラダ	オクラのおかか和え	大根なます
		漬物	ジャム	ふりかけ	ジャム	ふりかけ	のり佃煮
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	445Kcal	432Kcal	460Kcal	460Kcal	474Kcal	417Kcal	486Kcal
昼	五目御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(大根、椎茸)	豚汁	味噌汁(豆腐、さや)	すまし汁	中華スープ	すまし汁	味噌汁(麩、小松菜)
	金時豆	漬物	漬物	黄桃缶	りんご缶	漬物	白桃缶
	Aたらの煮つけ	A鮭の塩焼き	A鶏のから揚げ	Aさわらの味噌マヨ焼き	A八宝菜	A豚肉の味噌焼き	A鯿のレモンポン酢かけ
	B千草焼き	B麻婆茄子	B白身魚のマヨ焼き	Bキーマカレー	B味噌ラーメン	B鰯の柚庵焼き	B鶏肉のクリーム煮
	ビーフソテー	いんげんの煮浸し	五目豆	切干大根の炒り煮	シュウマイ	野菜炒め	金平ごぼう
	春菊のおかか和え	もやしのピーナッツ和え	ほうれん草お浸し	小松菜の磯和え	カリフラワーサラダ	もずく酢	南瓜サラダ
	Aエネルギー	515Kcal	436Kcal	543Kcal	533Kcal	536Kcal	509Kcal
Bエネルギー	567Kcal	578Kcal	466Kcal	606Kcal	538Kcal	468Kcal	599Kcal
おやつ	バームクーヘン・牛乳	いちごクレープ・牛乳	吹雪饅頭・牛乳	葡萄ゼリー・牛乳	チョコ蒸しパン・牛乳	フルーチェ・牛乳	白い風船チョコ・牛乳
おやつエネルギー	135Kcal	150Kcal	163Kcal	101Kcal	164Kcal	101Kcal	115Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	チャーハン	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(南瓜・葉)	味噌汁(豆腐、若布)	味噌汁(もやし、揚げ)	中華スープ	すまし汁	味噌汁(若布、玉葱)	青梗菜のスープ
	牛肉の野菜炒め	チンジャオロース	めばるの煮つけ	餃子	金目鯛の煮つけ	かに玉風	里芋と豚肉の生姜煮
	湯豆腐	かぶの水晶煮	白菜の梅風味和え	もやしの中華和え	厚揚げとキャベツの煮物	春菊の胡麻和え	えびしゅうまい
	パイン缶	漬物	バナナ	杏仁フルーツ	漬物	黄桃缶	昆布佃煮
エネルギー	511Kcal	473Kcal	422Kcal	506Kcal	440Kcal	452Kcal	531Kcal

*この施設で使用しているお米は『宮城産 ひとめぼれ』です

*都合により 献立内容や食材が変更する場合がございますのでご了承ください。