

# 所沢かがやきの里

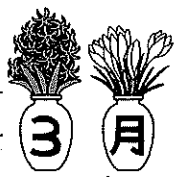
# 週間予定献立表



日付	2月26日	2月27日	2月28日	2月29日	3月1日	3月2日	3月3日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	パン	御飯	中華粥	パン	御飯	御飯
	味噌汁(キャベツ、しめじ)	トマトスープ	味噌汁(麩、葱)	味噌汁(玉葱、貝割れ)	コンソメスープ	味噌汁(里芋、揚げ)	味噌汁(麩、若布)
	ハンパンのバター焼き	ウインナーソーテー	大豆の煮物	黒酢の肉団子	ポイルウインナー	さつまあげ煮つけ	肉詰め煮物
	大根和風サラダ	パンプキンサラダ	青梗菜のお浸し	白菜のゆかり和え	いんげんのサラダ	小松菜のお浸し	ほうれん草の白和え
	梅干し	ピーナッツクリーム	ふりかけ		マーガリン	漬物	たいみそ
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	エネルギー	417Kcal	488Kcal	402Kcal	404Kcal	524Kcal	397Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	～ひな祭り献立～
	味噌汁(えのき、小松菜)	すまし汁	コンソメスープ	味噌汁(キャベツ、しめじ)	味噌汁(麩、椎茸)	すまし汁	すまし汁
	しそ昆布	漬物	パイン缶	カクテル缶	洋ナシ缶	黄桃缶	ババロア
	Aハンバーグ・トマトソース	A白身魚の香り揚げ	Aハヤシライス	A赤魚の煮つけ	Aタンドリーチキン	Aさわらの照り焼き	海鮮丼
	Bかかれいのおろし煮	B肉豆腐	B白身魚のザーサイ蒸し	Bきつねうどん	Bミックスフライ	B豚肉の生姜焼き	
	南瓜の甘煮	ピーマンと人参の金平	ほうれん草のソーテー	出し巻き卵	ひじきの炒り煮	根菜の五目煮	高野豆腐の含め煮
	白菜のお浸し	もやしの中華サラダ	南瓜サラダ	青菜と大豆の白和え	スパゲッティサラダ	白菜のり和え	菜の花の辛子和え
Aエネルギー	503Kcal	488Kcal	667Kcal	493Kcal	548Kcal	471Kcal	544Kcal
Bエネルギー	422Kcal	509Kcal	520Kcal	420Kcal	737Kcal	545Kcal	
おやつ	クッキー・牛乳	どら焼き・牛乳	チョコクレープ・牛乳	ぼたぼた焼き・牛乳	シュークリーム・牛乳	ライチゼリー・牛乳	めびな饅頭・牛乳
	225Kcal	160Kcal	147Kcal	112Kcal	124Kcal	101Kcal	131Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(あげ、さつま芋)	味噌汁(若布、玉葱)	味噌汁(白菜、揚げ)	味噌汁(えのき、若布)	すまし汁	味噌汁(ほうれん草、もやし)	味噌汁(畑菜、揚げ)
	ほっけの西京焼き	鶏の照り焼き	焼きかかれいのきのこあんかけ	肉野菜炒め	さばの味噌煮	たらのマヨ焼き	肉団子の和風あんかけ
	がんもの含め煮	ちくわの和え物	ジャーマンポテト	かぶのそぼろ煮	春菊のおかか和え	里芋と厚揚げの煮物	キャベツのツナ和え
	みかん	バナナ	キウイ	漬物	うぐいす豆	漬物	漬物
エネルギー	462Kcal	438Kcal	450Kcal	464Kcal	485Kcal	466Kcal	478Kcal

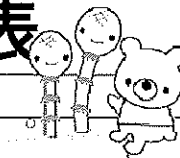
\*この施設で使用しているお米は『宮城産 ひとめぼれ』です

\*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	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日	3月8日	3月9日	3月10日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	パン	御飯	青菜粥	御飯	パン	麦ごはん	御飯
	パンプキンスープ	味噌汁(麩、大根)	味噌汁(かぶ)	味噌汁(豆腐、しめじ)	コンソメスープ	味噌汁(大根、揚げ)	味噌汁(豆腐、葱)
	オムレツ	納豆	出し巻き卵	ちくわの煮物	ミートボール	つみれの煮物	さわらの塩焼き
	コールスローサラダ	うまい菜の煮浸し	畑菜のおかか和え	胡瓜と麩の酢の物	ポテトサラダ	卵とじ	ほうれん草の二色和え
	チョコクリーム			ふりかけ	ジャム	とろろいも	のり佃煮
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	512Kcal	424Kcal	422Kcal	400Kcal	437Kcal	515Kcal	409Kcal
昼	御飯		御飯	五目ごはん	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(白菜、揚げ)		中華スープ	味噌汁(里芋、さや)	味噌汁(麩、葱)	コンソメスープ	味噌汁(白菜、椎茸)
	漬物	バナナ	漬物	黄桃缶	白桃缶	洋ナシ缶	漬物
	Aとんかつ	Aたらの煮つけ・御飯・味噌汁	A酢鶏	A白身魚の煮つけ	Aさばの照り焼き	A鶏肉の和風クリーム	A豆腐ハンバーグ
	B白身魚の照り焼き	Bあんかけうどん	Bめばるの煮つけ	B鶏肉の南部焼き	B豚肉の生姜炒め	Bシーフードカレー	Bあじの西京焼き
	大根と蓮根の炒め煮	かにシュウマイ	大根の煮つけ	切干大根煮つけ	南瓜の白煮	野菜炒め	ひじきの炒り煮
	もずく酢	中華サラダ	もやしの和え物	菜の花のお浸し	かぶの酢の物	いんげんのピーナッツ和え	ブロッコリー胡麻和え
	Aエネルギー	547Kcal	499Kcal	498Kcal	481Kcal	499Kcal	544Kcal
Bエネルギー	452Kcal	476Kcal	405Kcal	502Kcal	509Kcal	551Kcal	481Kcal
おやつ	メロンゼリー・牛乳	ショコラケーキ・牛乳	もみじ饅頭・牛乳	カステラ・牛乳	フルーチェ・牛乳	パウムクーヘン・牛乳	あんぱん・牛乳
おやつエネルギー	101Kcal	247Kcal	168Kcal	169Kcal	103Kcal	135Kcal	164Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	すまし汁	けんちん味噌汁	味噌汁(しめじ、さや)	味噌汁(白菜、貝割れ)	味噌汁(えのき、ほうれん草)	味噌汁(南瓜、葱)	すまし汁
	さわらの西京焼き	かに玉風	黄金かれい高菜蒸し	豚肉とピーマン炒め	チキンピカタ	ほっけの塩焼き	すき焼き風煮込み
	にら炒め	厚揚げの生姜炒め	里芋の煮っころがし	ビーフンサラダ	白菜のフレンチサラダ	豚肉のふきの炒め	青梗菜のお浸し
	みかん缶	漬物	キウイ	漬物	漬物	漬物	カクテル缶
エネルギー	466Kcal	475Kcal	420Kcal	467Kcal	500Kcal	442Kcal	480Kcal

\*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。