



所沢かがやきの里

週間予定献立表



日付	3月25日	3月26日	3月27日	3月28日	3月29日	3月30日	3月31日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	パン	御飯	さつま芋粥	御飯	パン
	味噌汁(さつま芋、葱)	味噌汁(かぶ)	ポテトスープ	味噌汁(麩、豆苗)	味噌汁(玉葱、椎茸)	味噌汁(里芋、葱)	コンソメスープ
	はんぺん煮付け	厚焼き卵	ウインナー野菜ソテー	ちくわの含め煮	つくね団子の照り煮	温泉卵	炒り卵
	キャベツの酢の物	青梗菜のお浸し	野菜サラダ	小松菜のお浸し	もやしのサラダ	刻み昆布煮付け	春雨サラダ
	ふりかけ	漬物	ジャム	のり佃煮			マーガリン
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	427Kcal	426Kcal	458Kcal	394Kcal	459Kcal	447Kcal	454Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(キャベツ、しめじ)	コンソメスープ	味噌汁(えのき、葱)	すまし汁	コンソメスープ	味噌汁(麩、畑菜)	若竹汁
	カクテル缶	洋ナシ缶	バナナ	漬物	パイン缶	漬物	漬物
	A牛皿	A白身魚のピザ焼き	A中華うま煮丼	A豚肉のねぎみそ焼き	Aチーズハンバーグ	Aさわらの西京焼き	Aほっけの塩焼き
	B赤魚の煮付け	Bサンドイッチ	Bさばのトマトソース	Bますの柚庵焼き	B鱈の南蛮漬け	B豚肉の生姜焼き	Bタンドリーチキン
	出し巻き卵	スパゲッティサラダ	里芋の含め煮	金平ごぼう	卵の花	冬瓜の土佐煮	ぜんまいの炒り煮
	青菜と大豆の白和え	いんげんの炒り煮	春菊のごま和え	マカロニサラダ	ごぼうの味噌マヨ焼き	オクラのおかか和え	ほうれん草の辛子和え
Aエネルギー	556Kcal	518Kcal	535Kcal	570Kcal	647Kcal	442Kcal	403Kcal
Bエネルギー	464Kcal	539Kcal	619Kcal	507Kcal	576Kcal	514Kcal	445Kcal
おやつ	白い風船チョコ・牛乳	ねりきり・牛乳	フルーチェ・牛乳	どらやき・牛乳	いちご蒸しパン・牛乳	マスカットゼリー・牛乳	ようかん・牛乳
おやつエネルギー	115Kcal	123Kcal	103Kcal	160Kcal	159Kcal	101Kcal	147Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(えのき、若布)	味噌汁(葱、さや)	味噌汁(白菜、みつば)	味噌汁(豆腐、ほうれん草)	味噌汁(玉葱、若布)	味噌汁(さつま芋、椎茸)	味噌汁(里芋、貝割れ)
	ますの照り焼き	千草焼き	たらのおろし煮	白身魚フライ、帆立フライ	メバルの煮付け	鶏の照り焼き	酢豚
	かぶのそぼろ煮	菜の花の胡麻和え	卵豆腐～銀あん	もずく酢	切干大根の酢の物	ふきの煮物	キャベツの生姜和え
	漬物	漬物	漬物	カクテル缶	佃煮	オレンジ	みかん缶
エネルギー	433Kcal	463Kcal	384Kcal	508Kcal	433Kcal	465Kcal	537Kcal

*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	4月1日	4月2日	4月3日	4月4日	4月5日	4月6日	4月7日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	パン	御飯	御飯	パン	中華粥
	味噌汁(麩、葱)	味噌汁(ほうれん草、揚げ)	コンソメスープ	味噌汁(白菜、揚げ)	味噌汁(玉葱、貝割れ)	ポタージュ	味噌汁(かぶ)
	納豆	がんもの含め煮	野菜炒め	厚焼き卵	凍り豆腐の含め煮	野菜コンソメ煮	黒酢の肉団子
	野菜ソテー	オクラの中華和え	ポテトサラダ	ツナ和え	春菊の胡麻和え	卵サラダ	野菜炒め
		梅干し	ジャム	漬物	ふりかけ	ジャム	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	439Kcal	465Kcal	409Kcal	463Kcal	428Kcal	475Kcal	420Kcal
昼	御飯	御飯	～春のちらし～	御飯		御飯	みんなの日曜日
	すまし汁	味噌汁(大根、さや)	桜ちらし	味噌汁(キャベツ、若布)		味噌汁(若布、白菜)	コンソメスープ
	りんご缶	漬物	杏仁フルーツ	しそ昆布	洋ナシ缶	黄桃缶	カクテル缶
	A厚揚げと豚肉の味噌炒め	A白身魚の磯焼き	ふきの煮物	Aすき焼き風	A鶏肉のチーズ焼き・御飯・味噌汁	A蒸しかれの中華ソース	ココイチ特製カレー
	B鰯の柚庵焼き	Bとんかつ	菜の花の辛子味噌和え	B白身魚のピカタ	Bかきたまうどん	B鶏の照り焼き	コロツケ
	かぼちゃの白煮	いんげんの当座煮		ビーフソテー	五目煮	つみれの煮物	
	青梗菜のわさび和え	マカロニサラダ		なすの揚げ浸し	菜の花の辛子和え	コールスローサラダ	
	Aエネルギー	507Kcal	482Kcal	445Kcal	588Kcal	493Kcal	534Kcal
Bエネルギー	507Kcal	622Kcal		519Kcal	362Kcal	555Kcal	
おやつ	カスタードケーキ・牛乳	クッキー・牛乳	苺モンブラン・牛乳	抹茶どらやき・牛乳	白い風船チョコ・牛乳	パインゼリー・牛乳	スイスロール・牛乳
おやつエネルギー	184Kcal	225Kcal	286Kcal	171Kcal	115Kcal	112Kcal	152Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(大根、椎茸)	味噌汁(葱、豆腐)	味噌汁(里芋、しめじ)	味噌汁(椎茸、ほうれん草)	味噌汁(豆腐、さや)	味噌汁(畑菜、揚げ)	味噌汁(しめじ、豆苗)
	たらの和風ソース	ロールキャベツのコンソメ煮	あじの生姜煮	ますのムニエル	白身魚の高菜蒸し	和風ハンバーグ	牛肉と玉ねぎの煮込み
	昆布の煮物	カリフラワー炒め	胡瓜の酢の物	白菜ソテー	里芋の煮っ転がし	キャベツのツナ和え	ほうれん草の胡麻和え
	漬物	キウイ	みかん缶	漬物	漬物	漬物	カクテル缶
エネルギー	380Kcal	412Kcal	403Kcal	501Kcal	389Kcal	485Kcal	585Kcal

*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。