



# 所沢かがやきの里

# 週間予定献立表



日付	4月8日	4月9日	4月10日	4月11日	4月12日	4月13日	4月14日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	パン	御飯	御飯	パン	御飯	御飯
	味噌汁(麩、若布)	コンソメスープ	味噌汁(大根、椎茸)	味噌汁(豆腐、しめじ)	コーンスープ	味噌汁(豆腐、葱)	味噌汁(豆腐、しめじ)
	シーフード卵焼き	ミートボール	納豆	卵の花	チキンのコンソメ煮	さわらの塩焼き	ちくわの煮物
	キャベツのゆかり和え	パンプキンサラダ	じゃが芋のそぼろあんかけ	畑菜のお浸し	卵サラダ	ほうれん草の二色和え	胡瓜と麩の酢の物
	ふりかけ	ママレード		梅干し	ジャム	のり佃煮	ふりかけ
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	413Kcal	462Kcal	472Kcal	408Kcal	499Kcal	409Kcal	400Kcal
昼	御飯	御飯	御飯		御飯	御飯	御飯
	卵スープ	味噌汁(玉葱、さや)	味噌汁(白菜、葱)	中華スープ	味噌汁(麩、葱)	味噌汁(小松菜、椎茸)	すまし汁
	りんご缶	佃煮	漬物	フルーツヨーグルト	漬物	みかん缶	バナナ
	A肉野菜炒め	Aメバルの葱たつぷり焼き	A揚げだし豆腐あんかけ	Aさわらの照り焼き・御飯	A銀鱈の照り焼き	A肉豆腐	A白身魚の生姜煮
	Bほきの甘酢あん	Bチンジャオロース	Bさばのトマトソース	Bやきそば	B豚肉の生姜炒め	Bかに玉風	B三色そぼろ丼
	ひじきのサラダ	金平ごぼう	南瓜の煮つけ	海老シュウマイ	里芋の含め煮	ひじきの炒り煮	豆腐の田楽
	ジャーマンポテト	しめじの小松菜和え	大根なます	グリーンサラダ	かぶの酢の物	中華サラダ	カリフラワーの甘酢和え
	Aエネルギー	564Kcal	447Kcal	549Kcal	541Kcal	507Kcal	534Kcal
Bエネルギー	555Kcal	514Kcal	566Kcal	488Kcal	496Kcal	495Kcal	530Kcal
おやつ	あんぱん・牛乳	フルーチェ・牛乳	ソフトサラダ・牛乳	抹茶パンケーキ・牛乳	吹雪饅頭・牛乳	オレンジゼリー・牛乳	クッキー・牛乳
おやつエネルギー	164Kcal	103Kcal	131Kcal	122Kcal	163Kcal	101Kcal	220Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(里芋、葱)	味噌汁(大根、揚げ)	味噌汁(もやし、若布)	けんちん汁	味噌汁(えのき、ほうれん草)	すまし汁	味噌汁(しめじ、さや)
	チキンピカタ	松風焼き	かれいの煮つけ	白身魚の野菜蒸し	鶏肉のハニーマスタード焼き	あじの西京焼き	肉じゃが
	オクラのお浸し	春雨サラダ	もやしのピーナッツ和え	厚揚げの生姜炒め	白菜のフレンチサラダ	青梗菜のお浸し	大根の和風マヨネーズ
	漬物	オレンジ	黄桃缶	漬物	白桃缶	漬物	漬物
エネルギー	458Kcal	503Kcal	406Kcal	437Kcal	442Kcal	377Kcal	498Kcal

\*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15日	4月16日	4月17日	4月18日	4月19日	4月20日	4月21日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	青菜としらすの粥	パン	御飯	御飯	パン	御飯	御飯
	味噌汁(揚げ、白菜)	コンソメスープ	味噌汁(玉葱、若布)	味噌汁(かぶ)	パンプキンスープ	味噌汁(麩、若布)	味噌汁(大根)
	がんもの含め煮	ポークビーンズ	つみれの煮物	つくね団子の照り煮	ウインナー野菜ソテー	シーフード卵焼き	納豆
	キャベツのおかか和え	コールスローサラダ	ほうれん草の胡麻和え	春菊の磯和え	フレンチサラダ	オクラおかか和え	小松菜の煮浸し
		マーガリン	のり佃煮	漬物	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	375Kcal	454Kcal	443Kcal	472Kcal	443Kcal	419Kcal	414Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯		御飯	御飯
	すまし汁	味噌汁(ナス、えのき)	味噌汁(キャベツ、にら)	コンソメスープ		味噌汁(青梗菜、椎茸)	味噌汁(若布、葱)
	黄桃缶	漬物	漬物	みかん缶	バナナ	黄桃缶	うぐいす豆
	Aめばるの煮つけ	A回鍋肉	A白身魚フライ・帆立フライ	Aポークカレー	A鶏肉のパン粉焼き・御飯・味噌汁	Aロールキャベツ	Aめばるのきのこ蒸し
	B豆腐ハンバーグあんかけ	B白身魚の揚げ浸し	B麻婆豆腐	Bますのムニエル	Bきつねそば	Bあじの塩焼き	Bとんかつ
	青梗菜の信田煮	さつま芋の甘煮	白菜の二色浸し	かにクリームコロッケ	しゅうまい	じゃが芋の含め煮	高野豆腐の含め煮
	大根と胡瓜の浅漬け	ささみと白菜のさわび和え	切り昆布の煮物	グリーンサラダ	小松菜のピーナッツ和え	もやしの磯和え	もずく酢
	Aエネルギー	396Kcal	547Kcal	529Kcal	637Kcal	558Kcal	434Kcal
Bエネルギー	461Kcal	499Kcal	535Kcal	529Kcal	455Kcal	444Kcal	566Kcal
おやつ	ようかん・牛乳	バウムクーヘン・牛乳	人形焼き・牛乳	葡萄ゼリー・牛乳	チョコクレープ・牛乳	黒糖饅頭・牛乳	白い風船チョコ・牛乳
	147Kcal	135Kcal	172Kcal	112Kcal	147Kcal	186Kcal	115Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(白菜、しめじ)	味噌汁(キャベツ、揚げ)	コンソメスープ	味噌汁(玉葱、さや)	味噌汁(畑菜、えのき)	味噌汁(麩、みつば)	卵スープ
	鶏肉の根菜煮	さばの照り焼き	タンドリーチキン	干草焼き	シルバーの柚庵焼き	さわらの照り焼き	鶏肉の塩麩焼き
	キャベツの酢の物	ひき肉ともやしの炒め物	小松菜のゆず味噌和え	菜の花の胡麻和え	うどんと胡瓜の梅肉和え	青菜のみぞれ和え	マカロニサラダ
	漬物	りんご缶	オレンジ	漬物	漬物	昆布佃煮	洋ナシ缶
エネルギー	396Kcal	525Kcal	405Kcal	440Kcal	407Kcal	440Kcal	514Kcal

\*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。