



所沢かがやきの里

週間予定献立表



日付	5月6日		5月7日	5月8日	5月9日	5月10日	5月11日	5月12日
曜日	月		火	水	木	金	土	日
朝	パン	麦ごはん	御飯	御飯	御飯	パン	御飯	梅粥
	スープ	味噌汁(しめじ、水菜)	味噌汁(卵、貝割れ)	味噌汁(麩、葱)	パンプキンスープ	味噌汁(ほうれん草、揚げ)	味噌汁(かぶ)	
	炒り卵	肉詰めいなり	凍り豆腐の含め煮	納豆	野菜コンソメ煮	炒り豆腐	豆腐揚げの煮物	
	豆ごまサラダ	とろろ芋	春菊の胡麻和え	野菜ソテー	卵サラダ	オクラの中華和え	いんげんの浸し	
	ジャム		ふりかけ		ジャム	梅干し		
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	466Kcal	451Kcal	439Kcal	439Kcal	465Kcal	443Kcal	393Kcal	
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯		御飯	
	味噌汁(葱、えのき)	味噌汁(麩、畑菜)	味噌汁(にら、えのき)	卵スープ	味噌汁(大根、さや)		味噌汁(えのき、みつば)	
	みかん缶	漬物	漬物	フルーツヨーグルト	漬物	黄桃缶	洋ナシ缶	
	A鶏肉のクリーム煮	Aほっけの塩焼き	Aすずきの揚げ煮	Aキーマカレー	Aさわらの磯焼き	A回鍋肉・ごはん・味噌汁	A鶏肉のチーズ焼き	
	Bほきのムニエル	B豚肉の生姜焼き	B鶏肉の梅肉焼き	B白身魚のピカタ	Bとんかつ	Bかきたまうどん	Bほきの甘酢あんかけ	
	里芋の含め煮	冬瓜の土佐煮	ふきとたけのこの煮物	ひじきのサラダ	いんげんの当座煮	つみれの煮物	五目煮	
	春菊の胡麻和え	ほうれん草の白和え	白菜としめじのお浸し	ジャーマンポテト	マカロニサラダ	コールスローサラダ	菜の花の辛子和え	
	Aエネルギー	527Kcal	402Kcal	478Kcal	649Kcal	514Kcal	595Kcal	503Kcal
Bエネルギー	528Kcal	528Kcal	389Kcal	548Kcal	612Kcal	453Kcal	496Kcal	
おやつ	黒糖饅頭・牛乳	チョコパン・牛乳	クレープ・牛乳	フルーチェ・牛乳	シュークリーム・牛乳	人形焼き・牛乳	黒糖蒸しパン・牛乳	
おやつエネルギー	151Kcal	163Kcal	150Kcal	102Kcal	124Kcal	172Kcal	186Kcal	
夕	御飯	若布御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	
	味噌汁(じゃが芋、揚げ)	味噌汁(白菜、若布)	味噌汁(豆腐、さや)	味噌汁(里芋、しめじ)	味噌汁(豆腐、葱)	味噌汁(椎茸、キャベツ)	味噌汁(しめじ、豆苗)	
	白身魚フライ・帆立フライ	鶏の照り焼き	豚野菜炒め	あじの生姜煮	ロールキャベツのコンソメ煮	ますのムニエル	肉団子の甘酢煮	
	もずく酢	ふきの煮物	大根の和風マヨ和え	胡瓜の酢の物	カリフラワー炒め	白菜ソテー	ほうれん草の胡麻和え	
	漬物	オレンジ	バナナ	みかん缶	キウイ	漬物	漬物	
エネルギー	470Kcal	450Kcal	503Kcal	406Kcal	397Kcal	445Kcal	447Kcal	

*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	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日	5月17日	5月18日	5月19日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	パン	御飯	御飯	御飯	パン	御飯
	味噌汁(白菜、揚げ)	コンソメスープ	味噌汁(大根、椎茸)	味噌汁(えのき、小松菜)	味噌汁(かぶ)	コンソメスープ	味噌汁(豆腐、葱)
	厚焼き卵	ウインナーカレーソテー	納豆	さばの味噌煮	出し巻き卵	ミートボール	さわらの塩焼き
	ツナ和え	パンプキンサラダ	じゃが芋のそぼろ煮	大根のツナあえ	畑菜のおかか和え	ポテトサラダ	ほうれん草の二色和え
	たいみそ	ママレード		ふりかけ	梅干し	ジャム	のり佃煮
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	485Kcal	445Kcal	475Kcal	448Kcal	419Kcal	510Kcal	409Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯		御飯	御飯
	味噌汁(キャベツ、若布)	味噌汁(玉葱、さや)	すまし汁	すまし汁		味噌汁(麩、葱)	味噌汁(小松菜、椎茸)
	しそ昆布	佃煮	黄桃knn	漬物	りんご缶	白桃缶	漬物
	Aすき焼き風	Aめばるの葱たっぷり焼き	Aかき揚げ丼	A白身魚の生姜煮	Aかれいの煮つけ・御飯・すまし汁	Aさばの照り焼き	A肉豆腐
	Bかれいの中華ソース	Bチンジャオロース	B筑前煮	Bかに玉風	Bきつねそば	B鶏肉の生姜炒め	B白身魚の甘酢あん
	ビーフソテー	金平ごぼう	しゅうまい	豆腐の田楽	南瓜の白煮	炒り豆腐	ひじきの炒り煮
	なすの揚げ浸し	しめじの小松菜和え	ブロッコリー胡麻和え	カリフラワーの甘酢漬け	菜の花の辛子味噌和え	かぶの酢の物	中華サラダ
	Aエネルギー	600Kcal	446Kcal	501Kcal	399Kcal	440Kcal	546Kcal
Bエネルギー	545Kcal	532Kcal	551Kcal	448Kcal	413Kcal	493Kcal	434Kcal
おやつ	桃ゼリー・牛乳	ハッピーターン・牛乳	クッキー・牛乳	チョコクレープ・牛乳	あんぱん・牛乳	フルーチェ・牛乳	葡萄ゼリー・牛乳
おやつエネルギー	112Kcal	123Kcal	225Kcal	147Kcal	164Kcal	103Kcal	112Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(もやし、若布)	味噌汁(大根、揚げ)	味噌汁(しめじ、さや)	味噌汁(里芋、葱)	味噌汁(畑菜、揚げ)	味噌汁(えのき、ほうれん草)	すまし汁
	ぶりの照り焼き	鶏肉の味噌煮	赤魚の高菜蒸し	チキンピカタ〜トマトソース	和風ハンバーグ	豚肉の玉葱オイスター炒め	あじの西京焼き
	もやしのピーナツ和え	春雨サラダ	里芋の煮っころがし	ほうれん草の胡麻和え	キャベツのツナ和え	白菜のフレンチサラダ	青梗菜のお浸し
	金時豆	バナナ	漬物	オレンジ	漬物	漬物	みかん缶
エネルギー	514Kcal	491Kcal	403Kcal	475Kcal	485Kcal	434Kcal	408Kcal

*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。