



所沢かがやきの里

週間予定献立表



| 日付 | 5月20日 | 5月21日 | 5月22日 | 5月23日 | 5月24日 | 5月25日 | 5月26日 |
|----------|---------------|---------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|
| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
| 朝 | パン | 御飯 | 青菜としらすの粥 | パン | 御飯 | 御飯 | 御飯 |
| | コンソメスープ | 味噌汁(麩、豆苗) | 味噌汁(さや、白菜) | ポターージュ | 味噌汁(大根、揚げ) | 味噌汁(豆腐、しめじ) | 味噌汁(卵、貝割れ) |
| | 炒り卵 | ちくわの含め煮 | がんもの含め煮 | ウインナーソテー | 肉団子 | ちくわの煮物 | 凍り豆腐の含め煮 |
| | コールスローサラダ | 小松菜のお浸し | キャベツのおかか和え | 豆サラダ | 春菊の磯和え | 胡瓜と麩の酢の物 | 春菊の胡麻和え |
| | マーガリン | のり佃煮 | | ママレード | 漬物 | ふりかけ | うめぼし |
| | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 |
| | エネルギー | 480Kcal | 394Kcal | 365Kcal | 497Kcal | 419Kcal | 398Kcal |
| 昼 | 御飯 | | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 御飯 |
| | 味噌汁(ナス、えのき) | コンソメスープ(かぶ) | すまし汁 | コンソメスープ | 味噌汁(里芋、さや) | 中華スープ | 味噌汁(白菜、えのき) |
| | 漬物 | 洋ナシ缶 | りんご缶 | 黄桃缶 | 漬物 | 漬物 | パン缶 |
| | A鶏肉のクリームシチュー | A白身魚のピザ焼き・御飯 | A回鍋肉 | A鶏肉のパン粉焼き | A赤魚の煮つけ | A酢鶏 | A中華うま煮丼 |
| | B白身魚フライ・帆立フライ | Bサンドイッチ | Bかれいの南蛮漬け | Bシーフードカレー | B鶏肉の南部焼き | Bめばるの煮つけ | Bほきの煮つけ |
| | 五目金平 | スパゲッティサラダ | 里芋の含め煮 | 野菜炒め | 切干大根煮つけ | 大根の煮つけ | 蓮根の金平 |
| | ささみと白菜のわさび和え | いんげんの炒り煮 | 小松菜の白和え | いんげんのピーナッツ和え | 菜の花お浸し | もやしの和え物 | キャベツのツナ和え |
| Aエネルギー | 525Kcal | 518Kcal | 571Kcal | 472Kcal | 427Kcal | 496Kcal | 496Kcal |
| Bエネルギー | 522Kcal | 484Kcal | 510Kcal | 524Kcal | 453Kcal | 407Kcal | 462Kcal |
| おやつ | カステラ饅頭・牛乳 | いちご蒸しパン・牛乳 | ようかん・牛乳 | ドームケーキ・牛乳 | メロンゼリー・牛乳 | スイスロール・牛乳 | カスタードケーキ・牛乳 |
| おやつエネルギー | 138Kcal | 186Kcal | 147Kcal | 166Kcal | 101Kcal | 152Kcal | 184Kcal |
| 夕 | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 御飯 |
| | 味噌汁(キャベツ、揚げ) | 味噌汁(豆腐、ほうれん草) | 味噌汁(畑菜、えのき) | 味噌汁(若布、葱) | 味噌汁(白菜、貝割れ) | けんちん汁 | すまし汁 |
| | 銀鱈の照り焼き | 白身魚のザーサイ蒸し | シルバーの柚庵焼き | ほっけの塩焼き | 豚肉とピーマン炒め | 白身魚の野菜蒸し | たらの味噌マヨ焼き |
| | ひき肉ともやしの炒め物 | じゃが芋の含め煮 | 大根ときゅうりの梅肉和え | 豚肉とふきの炒め物 | ビーフンサラダ | 厚揚げの生姜炒め | ふきと筍の煮物 |
| | パン缶 | 漬物 | 漬物 | 漬物 | バナナ | カクテル缶 | 漬物 |
| エネルギー | 510Kcal | 429Kcal | 443Kcal | 418Kcal | 523Kcal | 448Kcal | 388Kcal |

*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。