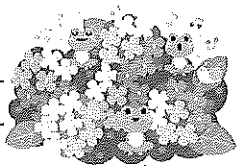


# 所沢かがやきの里

# 週間予定献立表



日付	6月3日	6月4日	6月5日	6月6日	6月7日	6月8日	6月9日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	麦御飯	御飯	パン	御飯	パン	梅雑炊	御飯
	味噌汁(かぶ)	味噌汁(若布、えのき)	かぶのスープ	味噌汁(もやし、揚げ)	ポタージュスープ	味噌汁(畑菜、麩)	味噌汁(白菜、揚げ)
	五目豆腐揚げ煮	五目煮豆	チキンオムレツ	肉詰めいなりの煮物	炒り卵	竹輪の甘辛煮	シーフード卵焼き
	とろろ	白菜の磯和え	コールスローサラダ	青梗菜のお浸し	フレンチサラダ	オクラのなめ苺和え	ツナ和え
		ふりかけ	ジャム	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	429Kcal	400Kcal	418Kcal	453Kcal	474Kcal	323Kcal	454Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯		御飯	御飯
	すまし汁	味噌汁(麩、白菜)	味噌けんちん汁	中華スープ		味噌汁(白菜、椎茸)	味噌汁(ほうれん草、白菜)
	漬物	佃煮	黄桃缶	漬物	りんご缶	みかん缶	カクテル缶
	A肉団子の酢豚風	A鶏の塩竜田揚げ	A豚丼	Aメバルのきのこ蒸し	A八宝菜・御飯・中華スープ	A若鶏と野菜の生姜煮	A豚肉の生姜焼き
	B白身魚のピカタ	B赤魚の野菜蒸し	B金目鯛の煮つけ	B麻婆茄子	B味噌ラーメン	Bたらのクリームソース	Bかれいの南蛮付け
	南瓜のいとこ煮	里芋の含め煮	ゴーヤチャンプル	野菜の五目煮	かにしゅうまい	ベーコンポテト	じゃが芋の含め煮
	胡瓜と麩の酢の物	ほうれん草委のナムル	トマトのマリネサラダ	オクラ和え	カリフラワーサラダ	キャベツのマヨ和え	胡瓜の梅肉和え
	Aエネルギー	516Kcal	541Kcal	580Kcal	423Kcal	534Kcal	511Kcal
Bエネルギー	510Kcal	422Kcal	544Kcal	551Kcal	531Kcal	566Kcal	508Kcal
おやつ	バームクーヘン・牛乳	スイスロール・牛乳	葡萄ゼリー・牛乳	白い風船チョコ・牛乳	あんぱん・牛乳	パインゼリー・牛乳	黒糖まんじゅう・牛乳
おやつエネルギー	135Kcal	152Kcal	101Kcal	115Kcal	164Kcal	100Kcal	151Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(ナス、葱)	すまし汁	味噌汁(にら、キャベツ)	味噌汁(葱、白菜)	すまし汁	味噌汁(にら、もやし)	味噌汁(南瓜、豆苗)
	さばの照り焼き	たらの味噌マヨ焼き	めだいの照り焼き	チキンソテートマトソース	マスの西京焼き	干草焼き	あじの香味焼き
	白菜のお浸し	五目金平	胡瓜ともずく甘酢和え	野菜のカレー炒め	厚揚げとキャベツ煮	茄子のおかか煮	青梗菜の信田煮
	パイン缶	オレンジ	漬物	バナナ	漬物	煮豆	佃煮
エネルギー	473Kcal	410Kcal	402Kcal	506Kcal	427Kcal	464Kcal	426Kcal

\*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



日付	6月10日	6月11日	6月12日	6月13日	6月14日	6月15日	6月16日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	パン	御飯	御飯	パン	麦御飯	御飯
	味噌汁(葱、麩)	コーンスープ	味噌汁(小松菜、しめじ)	味噌汁(玉葱、若布)	コンソメスープ	味噌汁(かぶ)	味噌汁(南瓜、貝割れ)
	納豆	チキンのコンソメ煮	はんぺんのバター焼き	高野炊き寄せ	炒り卵	五目豆腐揚げ煮	卵の花
	野菜炒め	ポテトサラダ	もやしのナムル	オクラのお浸し	花野菜サラダ	とろろ	ほうれん草のおかか和え
		ジャム	ふりかけ	漬物	ジャム		漬物
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	439Kcal	447Kcal	431Kcal	419Kcal	417Kcal	429Kcal	408Kcal
昼	御飯		御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	卵スープ	中華スープ	すまし汁	味噌汁(もやし、揚げ)	赤だし	すまし汁	コンソメスープ
	りんご缶	黄桃缶	佃煮	漬物	漬物	佃煮	フルーツカクテル缶
	Aほきの甘酢あん	Aやきそば	A赤魚の煮つけ	A鶏肉の梅おろしのせ	A蒸し鮭の和風バター焼き	A白身魚の味噌マヨ焼き	Aチキンカレー
	B豚肉のオイスター炒め	Bかれの味噌マヨ焼き・御飯	B鶏肉のカレー粉焼き	Bあじの焼き浸し	B若鶏マスタートード焼き	Bチーズハンバーグ	Bあじの煮つけ
	ひじきのサラダ	えびしゅうまい	マカロニソテー	いんげんの金平	ほうれん草の煮浸し	ジャーマンポテト	ささみチーズフライ
	ジャーマンポテト	グリーンサラダ	かぶと胡瓜の酢の物	スパゲッティサラダ	コーンマヨネーズ	和風サラダ	ブロッコリーの胡麻和え
	Aエネルギー	553Kcal	489Kcal	456Kcal	571Kcal	472Kcal	440Kcal
Bエネルギー	560Kcal	504Kcal	464Kcal	602Kcal	503Kcal	548Kcal	541Kcal
おやつ	人形焼き・牛乳	蒸しパン・牛乳	ハッピーターン・牛乳	どら焼き・牛乳	苺クレープ・牛乳	さつま芋羊かん・牛乳	抹茶のパンケーキ・牛乳
おやつエネルギー	172Kcal	186Kcal	123Kcal	160Kcal	150Kcal	146Kcal	122Kcal
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)	赤だし	すまし汁	味噌汁(ポテト、葱)	味噌汁(茄子、さや)	味噌汁(しめじ、葱)
	チキンピカタマトソース	めばるの煮つけ	コロケ&キャベツメンチ	さばの味噌煮	肉野菜炒め	厚揚げと豚肉の炒め	ほっけの塩焼き
	オクラのお浸し	ほうれん草のソテー	冬瓜えびくず煮	キャベツの甘酢和え	里芋の胡麻味噌和え	たけのこ舞茸煮物	もやしと水菜のツナ和え
	漬物	漬物	パイン缶	バナナ	フルーツカクテル	カクテル缶	佃煮
エネルギー	458Kcal	395Kcal	605Kcal	481Kcal	446Kcal	465Kcal	390Kcal

\*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。