



所沢かがやきの里 週間予定献立表

日付	7月1日	7月2日	7月3日	7月4日	7月5日	7月6日	7月7日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	御飯	パン	梅雑炊	パン	麦ごはん
	味噌汁(じゃが芋、豆苗)	味噌汁(玉葱、若布)	味噌汁(豆腐、若布)	コーンスープ	味噌汁(畑菜、麩)	トマトスープ	味噌汁(大根)
	温泉卵	卵の花	はんぺんチーズ焼き	野菜ソテー	ちくわの甘辛煮	チキンオムレツ	肉詰めいなりの煮物
	ほうれん草のソテー	ほうれん草の磯和え	もやしのナムル	パンプキンサラダ	オクラのなめ茸和え	もやしのツナ和え	とろろ
		ふりかけ	梅干し	ジャム		ジャム	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	431Kcal	416Kcal	434Kcal	502Kcal	317Kcal	408Kcal	452Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	☆七夕献立☆
	すまし汁	味噌汁(白菜、葱)	味噌汁(もやし、さや)	コンソメスープ	すまし汁	味噌汁(白菜、椎茸)	
	煮豆	漬物	漬物	杏仁フルーツ	佃煮	みかん缶	スイカ
	Aさわらの西京焼き	Aロールキャベツ	A肉じゃが	A夏野菜カレー	A白身魚のきのこ蒸し	A若鶏と野菜の生姜煮	鶏天
	B鶏肉のハニーマスタード焼き	Bたらの野菜蒸し	Bぶりの柚庵焼き	Bほきの甘酢あん	B鶏肉のカレー粉焼き	Bたらのクリームソース	天の川そうめん
	マカロニカレーソテー	夏野菜炊き寄せ	なすの揚げ浸し	青梗菜の木耳炒め	ジャーマンポテト	ゴーヤチャンプル	胡瓜とかぶの甘酢
	和風サラダ	もずく酢	卵とブロッコリーのサラダ	トマトのフレンチサラダ	和風サラダ	キャベツのマヨ和え	
Aエネルギー	513Kcal	419Kcal	579Kcal	549Kcal	446Kcal	509Kcal	398Kcal
Bエネルギー	478Kcal	416Kcal	578Kcal	459Kcal	473Kcal	574Kcal	
おやつ	チョコ饅頭・牛乳	マスカットゼリー・牛乳	ソフトサラダ・牛乳	抹茶ミニケーキ・牛乳	アイスクリーム・牛乳	味噌饅頭・牛乳	カスタードケーキ・牛乳
おやつエネルギー	137Kcal	100Kcal	131Kcal	109Kcal	211Kcal	122Kcal	183Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	中華スープ	豚汁	味噌汁(キャベツ、しめじ)	味噌汁(かぶ、豆苗)	味噌汁(ナス、さや)	中華スープ	味噌汁(ナス、葱)
	八宝菜	銀鱈の照り焼き	かれいの南蛮漬け	中華肉団子	厚揚げと豚の炒め物	かに玉風	さけの照り焼き
	かにシュウマイ	もやしのサラダ	野菜ソテー	春雨中華和え	たけのこと舞茸の煮物	なすの味噌炒め	白菜のお浸し
	りんご缶	バナナ	白桃缶	漬物	オレンジ	漬物	漬物
エネルギー	483Kcal	540Kcal	470Kcal	500Kcal	444Kcal	433Kcal	381Kcal

*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。