

所沢かがやきの里

週間予定献立表



日付	8月12日	8月13日	8月14日	8月15日	8月16日	8月17日	8月18日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	青菜粥	御飯	パン	御飯	御飯	パン	御飯
	味噌汁(畑菜、麩)	味噌汁(玉葱、さや)	ポタージュスープ	味噌汁(小松菜、しめじ)	味噌汁(玉葱、揚げ)	コンソメスープ	味噌汁(南瓜、揚げ)
	ちくわの甘辛煮	卵の花	チキンのコンソメ煮	はんぺんのチーズ焼き	納豆	炒り卵	炒り豆腐
	オクラのなめ茸和え	春菊の胡麻和え	ポテトサラダ	もやしのナムル	大根の炒め煮	スパゲッティサラダ	ほうれん草のおかか和え
		梅干し	ジャム	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	396Kcal	420Kcal	467Kcal	436Kcal	453Kcal	460Kcal	413Kcal
昼	御飯	☆精進料理☆	御飯	御飯	御飯		御飯
	コンソメスープ	けんちん汁	すまし汁	味噌汁(キャベツ、豆苗)	赤だし		味噌汁(白菜、椎茸)
	フルーツヨーグルト	煮豆	漬物	漬物	漬物	りんご缶	みかん缶
	Aめばるの煮つけ	なすのしぎ焼き丼	A肉団子の酢豚風	A赤魚の煮つけ	A蒸し鮭の和風バターソース	A肉うどん	A若鶏と野菜の生姜煮
	B豆入りキーマカレー		B白身魚のピカタ	Bチーズハンバーグ	B若鶏マスタード焼き	Bめだいの照り焼き	Bたらのクリーム煮
	カニクリームコロッケ	昆布の煮物	南瓜のいとこ煮	マカロニソテー	かぶのそぼろ煮	じゃが芋の含め煮	ゴーヤチャンプル
	ブロッコリーの胡麻和え	ごま豆腐	胡瓜と麩の酢の物	かぶと胡瓜のポン酢かけ	コーンマヨネーズ	胡瓜の梅肉和え	キャベツのマヨ和え
	Aエネルギー	527Kcal	458Kcal	521Kcal	431Kcal	525Kcal	423Kcal
Bエネルギー	669Kcal		493Kcal	546Kcal	550Kcal	488Kcal	568Kcal
おやつ	パインゼリー・牛乳	どら焼き・牛乳	ぼたぼた焼き・牛乳	吹雪饅頭、牛乳	抹茶ミニケーキ・牛乳	ミニあんぱん・牛乳	苺ゼリー・牛乳
おやつエネルギー	100Kcal	160Kcal	112Kcal	163Kcal	122Kcal	164Kcal	120Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(にら、もやし)	味噌汁(南瓜、豆苗)	味噌汁(白菜、若布)	中華スープ	味噌汁(しめじ、葱)	味噌汁(ナス、葱)	赤だし
	干草焼き	かじきの竜田揚げ	さわらの香味焼き	かに玉風	肉じゃが	白身魚の粕焼き	ほっけの塩焼き
	なすのおかか煮	カリフラワーとピーマンの胡麻和え	青梗菜の信田煮	なすの味噌炒め	ほうれん草のお浸し	白菜のお浸し	もやしと水菜のツナ和え
	煮豆	漬物	佃煮	オレンジ	りんご缶	漬物	佃煮
エネルギー	467Kcal	456Kcal	460Kcal	462Kcal	469Kcal	376Kcal	417Kcal

*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。