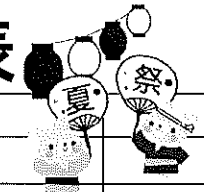


所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	9月9日	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日	9月14日	9月15日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	パン	御飯	麦ごはん	御飯	パン	御飯	御飯
	コーンスープ	味噌汁(さつま芋、さや)	味噌汁(さつま芋、葱)	味噌汁(麩、若布)	パンプキンスープ	味噌汁(えのき、畑菜)	味噌汁(ナス、さや)
	甘酢肉団子	お魚豆腐揚げの煮物	鶏じゃが	納豆	炒り卵	卵の花	がんもの含め煮
	大根サラダ	畑菜のおかか和え	とろろ	白菜の煮浸し	カリフラワーサラダ	オクラのおかか和え	しらすおろし
	ママレード	梅干し			チョコ	のり佃煮	ふりかけ
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	464Kcal	483Kcal	442Kcal	428Kcal	501Kcal	420Kcal	443Kcal
昼	御飯	御飯	御飯		御飯	御飯	御飯
	味噌汁(もやし、さや)	味噌汁(キャベツ、揚げ)	すまし汁		味噌汁(もやし、さや)	コンソメスープ	味噌汁(豆腐、貝割れ大根)
	漬物	白桃缶	漬物	洋ナシ缶	漬物	ヨーグルトフルーツ	白桃缶
	A白身魚のきのこあん	A鱈の照り焼き	Aとんかつ	Aぶりの柚庵焼き・御飯・すまし汁	A鮭の塩焼	Aシーフードカレー	Aさわらのパン粉焼き
	Bフライ盛り合わせ	B三色丼	B銀鱈の照り焼き	B関西風うどん	Bキャベツメンチカツ	Bかれいのおろし煮	B鶏肉の塩麩焼き
	小松菜の煮浸し	ブロッコリーのカニカマ和え	青梗菜の信田煮	人参しりしり	里芋の煮つけ	ささみチーズフライ	ごぼうの炒り煮
	ごぼうサラダ	揚げなすの辛子和え	中華サラダ	春菊のお浸し	胡瓜と麩の酢の物	ツナサラダ	コールスローサラダ
Aエネルギー	451Kcal	525Kcal	518Kcal	534Kcal	442Kcal	648Kcal	634Kcal
Bエネルギー	729Kcal	530Kcal	485Kcal	359Kcal	582Kcal	541Kcal	537Kcal
おやつ	苺ゼリー・牛乳	あんぱん・牛乳	抹茶パフェ	黒糖蒸しパン・牛乳	人形焼き・牛乳	葡萄ゼリー・牛乳	白い風船チョコ・牛乳
Bおやつエネルギー	100Kcal	164Kcal	185Kcal	186Kcal	172Kcal	101Kcal	115Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(なめこ、葱)	味噌汁(じゃが芋、若布)	すまし汁	味噌汁(麩、キャベツ)	味噌汁(キャベツ、しめじ)	味噌汁(みつば、なめこ)	味噌汁(大根、若布)
	すき焼き	豚肉と玉ねぎのオイスター炒め	めばるの煮つけ	豆腐の中華うま煮	鶏肉のポトフ	和風ハンバーグのあんかけ	肉豆腐
	胡瓜と若布の酢の物	もやしの胡麻風味和え	ぬた	さつま芋の甘煮	小松菜のおかか和え	春雨炒め	白菜甘酢和え
	黄桃缶	漬物	バナナ	漬物	バナナ	漬物	漬物
エネルギー	550Kcal	423Kcal	432Kcal	479Kcal	417Kcal	500Kcal	442Kcal

*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。

秋輝祭



所沢かがやきの里

週間予定献立表



日付	9月16日	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日	9月21日	9月22日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	パン	御飯	御飯	パン	雑炊
	味噌汁(麩、白菜)	味噌汁(大根の葉、白菜)	コーンスープ	味噌汁(もやし、にら)	味噌汁(キャベツ、揚げ)	コンソメスープ	味噌汁(大根、葱)
	納豆	さばの味噌煮缶	オムレツ	温泉卵	はんぺんバター焼き	チキンボールクリーム煮	松風焼き
	いんげんの煮浸し	キャベツのゆかり和え	ポテトサラダ	切干大根煮	いんげんの胡麻和え	ブロッコリーのサラダ	春菊の和え物
		漬物	ジャム		ふりかけ	ジャム	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	429Kcal	432Kcal	492Kcal	452Kcal	441Kcal	455Kcal	392Kcal
昼	敬老弁当	御飯	御飯		御飯	御飯	☆みんなの日曜日☆
	きのこ あさり お茶葉ごはん	すまし汁	味噌汁(えのき、ほうれん草)		味噌汁(かぶ)	すまし汁	味噌汁(白菜、揚げ)
	ひき肉スープ	漬物	りんご缶	洋ナシ缶	いちじく	佃煮	洋ナシ缶
	豚肉の梅炒め	A白身魚のきのこ蒸し	Aプルコギ	Aほっけの塩焼き・御飯・味噌汁	Aかれいの大葉味噌焼き・御飯・すまし汁	A白身魚の粕焼き	吉野家特製
	赤魚のみぞれあんかけ	B鶏肉のカレー粉焼き	Bほきのピカタ	Bカレーうどん	B肉団子の和風あんかけ	B回鍋肉	牛丼
	フルーツサラダ	ジャーマンポテト	ブロッコリーサラダ	がんもの含め煮	筑前煮	里芋の含め煮	青菜と大豆の白和え
	茄子の唐揚げ等	和風サラダ	切干大根煮	もやしの辛子和え	オクラ和え	ほうれん草とあさりの和え物	
Aエネルギー	668Kcal	452Kcal	542Kcal	437Kcal	470Kcal	452Kcal	561Kcal
Bエネルギー		463Kcal	508Kcal	521Kcal	501Kcal	486Kcal	
おやつ	お祝い馒头・牛乳	お月見馒头・牛乳	マスカットゼリー・牛乳	バウムクーヘン・牛乳	ハッピーターン・牛乳	桃ゼリー・牛乳	おはぎ・牛乳
おやつエネルギー	130Kcal	152Kcal	101Kcal	135Kcal	123Kcal	100Kcal	153Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	紅鮭ごはん
	味噌汁(小松菜、しめじ)	味噌汁(キャベツ、麩)	味噌汁(玉葱、しめじ)	すまし汁	味噌汁(玉葱、いんげん)	味噌汁(しめじ、にら)	味噌汁(えのき、大根葉)
	肉じゃが	スパニッシュオムレツ	ミックスフライ	豚肉の味噌炒め	卵と木耳炒め	鶏肉のトマト煮	野菜しんじょ
	もやしの生姜醤油	金平	なすの煮浸し	蓮根とツナのサラダ	春雨サラダ	しゅうまい	オクラのおかか和え
	漬物	うぐいす豆	漬物	りんご缶	鶏レバー煮込み	カクテル缶	
エネルギー	421Kcal	550Kcal	574Kcal	465Kcal	459Kcal	486Kcal	524Kcal
	敬老の日弁当	お月見					みんなの日曜日

*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。