



所沢かがやきの里

週間予定献立表



日付	9月30日	10月1日	10月2日	10月3日	10月4日	10月5日	10月6日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	パン	御飯	御飯	御飯	パン	中華粥
	味噌汁(もやし、揚げ)	コンソメスープ	味噌汁(ナス、揚げ)	味噌汁(かぶ)	味噌汁(豆腐、豆苗)	コンソメスープ	味噌汁(大根)
	シーフード卵焼き	野菜ソテー	納豆	厚揚げの含め煮	はんぺん煮	ウインナーソテー	黒酢の肉団子
	なめ茸おろし	胡瓜のツナサラダ	ぜんまい煮	大根なます	ほうれん草の磯和え	コールスローサラダ	野菜炒め
	のり佃煮	ジャム		ふりかけ	たいみそ	ジャム	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	434Kcal	390Kcal	458Kcal	439Kcal	431Kcal	491Kcal	416Kcal
昼	御飯	御飯		御飯	御飯	御飯	みんなの日曜日
	中華スープ	かきたま汁		コンソメスープ	味噌汁(しめじ、ほうれん草)	味噌けんちん汁	味噌汁(キャベツ、若布)
	煮豆	漬物	杏仁フルーツ	みかん缶	パイン缶	漬物	カクテル缶
	A赤魚のザーサイ蒸し	A八宝菜	Aぶりの幽庵焼き・御飯・味噌汁	Aカレーライス	A肉団子の和風あんかけ	A白身魚の梅焼き	吉野家特製
	B豚肉の生姜焼き	Bたらの粕漬け焼き	Bきつねそば	Bめばるの煮つけ	B赤魚の照り焼き	B鶏肉のチーズ焼き	親子丼
	肉しゅうまい	さつま芋のバター煮	さつま揚げ煮つけ	コロッケ	金平	ひじきの炒り煮	青菜と大豆の白和え
	春雨マヨネーズサラダ	キャベツのポン酢和え	いんげんのごまドレ和え	ミモザサラダ	青梗菜のおかか和え	マカロニサラダ	
Aエネルギー	537Kcal	506Kcal	554Kcal	634Kcal	529Kcal	512Kcal	552Kcal
Bエネルギー	635Kcal	444Kcal	426Kcal	496Kcal	429Kcal	563Kcal	
おやつ	クッキー・牛乳	クリームパン・牛乳	フルーチェ・牛乳	ぽたぽた焼き・牛乳	バウムクーヘン・牛乳	葡萄ゼリー・牛乳	チョコクレープ・牛乳
おやつエネルギー	220Kcal	163Kcal	102Kcal	112Kcal	135Kcal	101Kcal	147Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	焼きめしごはん
	スープ	味噌汁(冬瓜、貝割れ)	味噌汁(白菜、さや)	具沢山汁	味噌汁(もやし、若布)	味噌汁(ニラ、卵)	味噌汁(えのき、ねぎ)
	ハンバーグ	あじの生姜煮	チキンピカタ	鮭の西京焼き	たらのムニエル	チンジャオロース	温泉卵
	ごま風味サラダ	なすの煮浸し	五目金平	ベーコンといんげんの	白菜と大葉の和え物	キャベツのじゃこ炒め	オクラのおろし和え
	オレンジ	白桃缶	漬物	みかん缶	佃煮	オレンジ	
エネルギー	488Kcal	445Kcal	474Kcal	446Kcal	411Kcal	468Kcal	554Kcal

*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。