



所沢かがやきの里

週間予定献立表



日付	10月21日	10月22日	10月23日	10月24日	10月25日	10月26日	10月27日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	パン	御飯	御飯	パン	御飯	御飯	御飯
	トマトスープ	味噌汁(かぶ)	味噌汁(玉葱、麩)	コーンスープ	味噌汁(にら、もやし)	味噌汁(麩、白菜)	味噌汁(じゃが芋、若布)
	チキンオムレツ	厚揚げの含め煮	はんぺんのバター焼き	甘酢肉団子	温泉卵	納豆	白菜と竹輪の煮物
	もやしのツナ和え	大根なます	オクラの和え物	大根サラダ	大根と車麩の煮物	いんげんの煮浸し	春菊のお浸し
	ジャム	ふりかけ	漬物	ママレード			のり佃煮
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	390Kcal	443Kcal	404Kcal	475Kcal	435Kcal	428Kcal	417Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯		御飯	御飯
	味噌けんちん汁	きのこスープ	味噌汁(キャベツ、揚げ)	味噌汁(かぶ)	コンソメスープ	味噌汁(大根、揚げ)	味噌汁(椎茸、白菜)
	漬物	杏仁フルーツ	漬物	うぐいす豆	洋ナシ缶	しそ昆布佃煮	漬物
	A鶏のから揚げ	Aハヤシライス	Aさわらの照り焼き	A赤魚の煮つけ	A白身魚のピザ焼き・ごはん	Aたらの甘酢あんかけ	Aかれいの焼き浸し
	Bますの塩焼	B卵と木耳の炒め物	B肉野菜炒め	Bミートローフ	Bサンドイッチ	B和風ロールキャベツ	B鶏肉のチーズ焼き
	厚焼き卵	じゃが芋のそぼろ煮	ブロッコリーのかにあんかけ	筑前煮	スパゲッテイサラダ	煮奴	きざみ昆布の煮物
	ほうれん草のお浸し	花野菜サラダ	揚げなすの辛子和え	ほうれん草の胡麻和え	いんげんの炒り煮	白菜のお浸し	いんげんのピーナッツ和え
	Aエネルギー	575Kcal	657Kcal	493Kcal	489Kcal	519Kcal	479Kcal
Bエネルギー	495Kcal	533Kcal	472Kcal	586Kcal	529Kcal	411Kcal	499Kcal
おやつ	シュークリーム・牛乳	レーズン蒸しパン・牛乳	芋ようかん・牛乳	メロンゼリー・牛乳	ハッピーターン・牛乳	カスタードケーキ・牛乳	チョコクレープ・牛乳
おやつエネルギー	124Kcal	152Kcal	146Kcal	101Kcal	123Kcal	183Kcal	147Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(葉、白菜)	卵スープ	かきたま汁	味噌汁(小松菜、しめじ)	味噌汁(里芋、平茸)	味噌汁(椎茸、葱)	海老団子スープ
	白身魚のきのこ蒸し	白身魚のマヨ焼き	鶏肉の味噌にんにく風味	肉じゃが	豚肉の南部焼き	チキンピカタ	麻婆豆腐
	長芋と胡瓜の梅肉あえ	春雨サラダ	コーンサラダ	もやしの生姜醤油	なすの味噌炒め	野菜ソテー	わかめと胡瓜の酢の物
	パイン缶	漬物	りんご缶	バナナ	昆布豆	パイン缶	オレンジ
エネルギー	399Kcal	455Kcal	449Kcal	461Kcal	562Kcal	474Kcal	460Kcal

*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。