

所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	11月1日	11月2日	11月3日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	パン	御飯	御飯	食パン	御飯	御飯
	味噌汁(麩、若布)	ポタージュスープ	味噌汁(しめじ、麩)	味噌汁(もやし、揚げ)	コンソメスープ	味噌汁(玉葱、しろな)	味噌汁(うまい菜、麩)
	お魚とうふ揚げ煮	炒り卵	ソーセージソテー	シーフード卵焼き	野菜炒め	納豆	炒り卵
	畑菜のおかか和え	カリフラワーサラダ	白菜のおかか和え	なめ茸おろし	ポテトサラダ	里芋の煮物	カリフラワーサラダ
	たいみそ	ジャム	ふりかけ	梅干し	ジャム		のり佃煮
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	496Kcal	491Kcal	397Kcal	402Kcal	472Kcal	461Kcal	472Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯		御飯	御飯
	すまし汁	すまし汁	コンソメスープ	味噌汁(さや、玉葱)		コンソメスープ	味噌汁(ナス、貝割れ)
	白桃缶	漬物	フルーツヨーグルト	黄桃缶	りんご缶	しば漬け	パイン缶
	A鶏天・かきあげ	Aチキンカツ	Aシーフードカレー	Aめだいのきのこあんかけ	A焼肉・御飯・味噌汁	A白身魚のムニエル	A揚げだし豆腐のあんかけ
	Bさばの煮つけ	Bほっけの塩焼	B白身魚の野菜蒸し	B豚肉の中華炒め	Bたぬきうどん	Bメンチカツ・えびフライ	Bぶりの粕漬け焼き
	南瓜の含め煮	大根と竹輪の煮物	ささみチーズフライ	小松菜の煮ひたし	ひじきの煮物	ハムともやしのソテー	大根金平
	磯和え	ブロッコリーの胡麻和え	ツナサラダ	ごぼうサラダ	白菜の柚子和え	いんげんの胡麻和え	キャベツの酢味噌和え
Aエネルギー	509Kcal	521Kcal	634Kcal	535Kcal	553Kcal	518Kcal	611Kcal
Bエネルギー	498Kcal	402Kcal	527Kcal	550Kcal	485Kcal	540Kcal	557Kcal
おやつ	どら焼き・牛乳	もみじ饅頭・牛乳	白いふうせんチョコ・牛乳	スイスロール・牛乳	青りんごゼリー・牛乳	チョコドームケーキ・牛乳	抹茶ムース・牛乳
おやつエネルギー	160Kcal	168Kcal	115Kcal	152Kcal	110Kcal	179Kcal	108Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	ピラフ	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(葉、白菜)	味噌汁(白菜、さや)	味噌汁(もやし、若布)	コンソメスープ	かき玉汁	すまし汁	味噌汁(じゃが芋、かぶ菜)
	スパニッシュオムレツ	銀たらの照り焼き	肉団子の和風あんかけ	かにクリームコロッケ	かれいの大葉味噌焼き	豚肉のケチャップ炒め	めばるの香味焼き
	キャベツのゆかり和え	五目金平	春雨炒め	トマトチーズサラダ	れんこん金平	かぶのくず煮	大豆と昆布の煮物
	鶏レバー煮込み	バナナ	漬物	カクテル缶	漬物	マンゴー缶	きゅうりの浅漬け
エネルギー	473Kcal	527Kcal	475Kcal	497Kcal	477Kcal	465Kcal	468Kcal

*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。