

所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	11月25日*	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日	12月1日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	うめしそ粥	御飯	食パン	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(しめじ、葱)	味噌汁(もやし、葱)	味噌汁(えのき、水菜)	コンソメスープ	味噌汁(豆腐、みつば)	味噌汁(さつまいも、玉葱)	味噌汁(小松菜、揚げ)
	いわし蒲焼	野菜つみれの煮物	トマトオムレツ	魚肉ソーセージとピーマン炒め	里芋と角天の含め煮	温泉卵	かぶのそぼろ煮
	ブロッコリーの胡麻和え	春菊のからし和え	なすの和風サラダ	ハウレン草のサラダ	オクラのお浸し	小松菜の信田煮	もやしのドレッシング和え
	ふりかけ		ふりかけ	ジャム	たいみそ		のり佃煮
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	497Kcal	385Kcal	504Kcal	459Kcal	462Kcal	465Kcal	422Kcal
昼		御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
		中華スープ	味噌汁(かぶ、葉)	味噌汁(うまい菜、椎茸)	味噌汁(かぶ、葉)	コンソメスープ	味噌汁(豆腐、若布)
	洋ナシ缶	漬物	バナナ	カクテル缶	黄桃缶	パイン缶	黄桃缶
	Aきつねうどん	A中華丼	A牛肉のしぐれ煮	A赤魚の照り焼き	A松風焼き	Aチキンカレー	Aチキンカツ
	B和風ロールキャベツ・御飯・味噌汁	B鰯の南蛮漬け	B白身魚のピザ焼き	B豚肉の塩麴焼き	Bまぐろカツ	Bますの柚庵焼き	B白身魚のチーズ焼き
	ちくわの磯辺和え	ほうれん草炒め	あさりと青梗菜の炒め物	ポテトのカレーソテー	ベーコンとインゲン炒め物	コロツケ	五目大豆煮
	もやしの和え物	マンゴー缶	キャベツのゆかり和え	浅漬け	白菜のナムル	和風サラダ	ナムル
Aエネルギー	473Kcal	579Kcal	512Kcal	474Kcal	533Kcal	681Kcal	579Kcal
Bエネルギー	517Kcal	504Kcal	476Kcal	516Kcal	616Kcal	564Kcal	604Kcal
おやつ	羊かん・牛乳	プリンムース・牛乳	炭酸饅頭・牛乳	やわらかおかき・牛乳	杏仁ムース・牛乳	バームクーヘン・牛乳	イチゴゼリー・牛乳
おやつエネルギー	146Kcal	133Kcal	126Kcal	120Kcal	111Kcal	135Kcal	110Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(南瓜、葱)	すまし汁	味噌汁(白菜、豆苗)	味噌汁(しめじ、みつば)	味噌汁(ほうれん草、麩)	味噌汁(青梗菜、エリンギ)	つみれ汁
	鶏肉の塩麴焼き	かれいの煮付け	豆腐の中華うま煮	揚げ鶏のタルタルソース	ぶり大根	たらの西京焼き	さわらの生姜焼き
	なすの含め煮	五目ビーフン炒め	さつまいもの煮物	もやしのコンソメ煮	さつまいもサラダ	湯豆腐	春雨ソテー
	浅漬け	ぬた	昆布佃煮	野菜サラダ	漬物	白菜塩昆布和え	漬物
エネルギー	475Kcal	445Kcal	488Kcal	539Kcal	581Kcal	398Kcal	451Kcal

*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。