



所沢かがやきの里

週間予定献立表



日付	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日	12月13日	12月14日	12月15日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	御飯	麦御飯	食パン	さつま芋粥	御飯
	味噌汁(畑菜、えのき)	味噌汁(もやし、葱)	味噌汁(オクラ、若布)	味噌汁(うまい菜、まいたけ)	コンソメスープ	味噌汁(麩、かぶ)	味噌汁(じゃが芋、大根葉)
	納豆	いわし蒲焼	炒り卵	肉詰めいなし煮物	はんぺんのバター焼き	さつま揚げの甘辛煮	絹揚げのねぎあんかけ
	大根のそぼろ炒め	青梗菜のお浸し	フレンチサラダ	白菜のゆかり和え	柚子和え	茄子のお浸し	ほうれん草サラダ
		梅干し	ふりかけ	のり佃煮	ジャム		ふりかけ
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	458Kcal	461Kcal	444Kcal	453Kcal	428Kcal	450Kcal	450Kcal
昼	御飯	御飯	御飯		御飯	御飯	御飯
	味噌汁(白菜、麩)	味噌汁(冬瓜、豆苗)	すまし汁		すまし汁	コンソメスープ	味噌汁(豆腐、なめこ)
	マンゴー缶	漬物	みかん	バナナ	黄桃缶	りんご缶	漬物
	Aツナと野菜の卵焼き	A牛肉のにんにく醤油炒め	A鶏肉のごま醤油焼き	Aけんちんうどん	A銀鱈の照り焼き	Aミートローフ	A鶏肉のピザ焼き
	B和風おろしハンバーグ	B二色丼	Bさばの味噌煮	B鯿の山椒焼き	B厚揚げとえびの野菜炒め	B白身魚のクリーム煮	Bめだいの照り焼き
	がんもの含め煮	さつま芋の煮物	切干大根の炒り煮	ちくわの磯辺揚げ	ジャーマンポテト	マカロニサラダ	五目野菜炒め
	春雨の酢の物	大根の柚子和え	キャベツのしその実和え	小松菜の錦糸和え	ほうれん草和え	フレッシュサラダ	ブロッコリーサラダ
Aエネルギー	536Kcal	545Kcal	514Kcal	536Kcal	584Kcal	570Kcal	510Kcal
Bエネルギー	577Kcal	480Kcal	530Kcal	533Kcal	498Kcal	588Kcal	503Kcal
おやつ	桃ゼリー・牛乳	ソフトサラダ・牛乳	クリームどら焼き・牛乳	パインゼリー・牛乳	パンケーキ・牛乳	酒饅頭・牛乳	カスタードケーキ・牛乳
おやつエネルギー	110Kcal	133Kcal	162Kcal	122Kcal	124Kcal	139Kcal	185Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	茶飯
	コンソメスープ	味噌汁(ほうれん草、じゃが芋)	味噌汁(さや、揚げ)	味噌汁(もやし、かぶ葉)	ワントンスープ	味噌汁(玉葱、豆苗)	味噌汁(さや、若布)
	鶏肉のクリーム煮	フライ盛り合わせ	ぶりの塩麴焼き	豚肉ときのこの炒め物	かに玉風	かれいのおろし煮	おでん
	ブロッコリーソテー	焼き豆腐と白菜煮	かぶの含め煮	ツナ和え	かまぼこと白菜和え	金平ごぼう	小松菜バター炒め
	オニオンサラダ	カクテル缶	漬物	漬物	ザーサイ	漬物	バナナ
エネルギー	507Kcal	556Kcal	474Kcal	456Kcal	467Kcal	434Kcal	463Kcal

*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。