



所沢かがやきの里

週間予定献立表



日付	12月16日	12月17日	12月18日	12月19日	12月20日	12月21日	12月22日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	麦御飯	御飯	パン	うめしらす粥	御飯	御飯
	味噌汁(豆腐、かぶ葉)	味噌汁(しめじ、白菜)	味噌汁(里芋、揚げ)	コーンスープ	味噌汁(畑菜、麩)	味噌汁(若布、しめじ)	味噌汁(さつま芋、貝割れ)
	いわしの蒲焼	ミートボール	ベーコンソテー	オムレツ	つみれの含め煮	温泉卵	はんぺん煮つけ
	白菜とかにかま和え	春菊の磯和え	小松菜のごま醤油和え	人参サラダ	オクラのなめたけ和え	冬瓜のつや煮	ブロッコリーのゆず和え
	漬物	梅干し	ふりかけ	ピーナッツジャム			たいみそ
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	443Kcal	424Kcal	482Kcal	489Kcal	407Kcal	425Kcal	442Kcal
昼	御飯	御飯		御飯	御飯	御飯	御飯
	コンソメスープ	味噌汁(さつま芋、貝割れ)		味噌汁(畑菜、麩)	中華スープ	味噌汁(もやし、麩)	中華スープ
	カクテル缶	洋ナシ缶	みかん	黄桃缶	漬物	漬物	マンゴー缶
	Aポークカレー	Aあじの照り焼き	A鶏南蛮そば	Aさばの香味焼き	A八宝菜	Aかれいの煮つけ	A青椒肉絲
	Bほきのソテーオニオンソース	B麻婆茄子	B豆腐の海鮮野菜あんかけ・御飯・味噌汁	Bロールキャベツ	Bますのタルタル焼き	Bポークチャップ	B鯔のムニエル香味ソース
	かにクリームコロッケ	炒り豆腐	蓮根炒め	もやしの炒め物	大根の煮物	南瓜のいところ煮	えびしゅうまい
	コールスローサラダ	いんげんピーナッツ和え	茄子の華風和え	白菜の昆布和え	いんげんのわさび和え	小松菜の和え物	しろなのナムル
Aエネルギー	692Kcal	541Kcal	548Kcal	504Kcal	487Kcal	474Kcal	549Kcal
Bエネルギー	413Kcal	496Kcal	574Kcal	432Kcal	537Kcal	504Kcal	529Kcal
おやつ	ぼたぼた焼き・牛乳	メロンゼリー・牛乳	黒糖饅頭・牛乳	プリン・牛乳	蒸しパン・牛乳	抹茶ゼリー・牛乳	味噌饅頭・牛乳
おやつエネルギー	114Kcal	111Kcal	153Kcal	121Kcal	187Kcal	122Kcal	124Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	中華スープ	すまし汁	味噌汁(とろろ昆布)	すまし汁	味噌汁(豆腐、三つ葉)	味噌汁(大根、揚げ)	すまし汁
	えび玉あんかけ	牛肉のゆず醤油炒め	たらのマヨ焼き	豚肉の生姜焼き	赤魚のみりん焼き	鶏肉の竜田揚げ	ますの西京焼き
	おかか和え	かぶの水晶煮	焼きビーフン	さつま芋のレモン煮	なすの味噌炒め	白菜と球威の胡麻酢和え	なすのそぼろ煮
	佃煮	胡瓜和え	漬物	漬物	りんご缶	パイン缶	漬物
エネルギー	413Kcal	496Kcal	488Kcal	541Kcal	511Kcal	520Kcal	491Kcal

*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。