

# 所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	12月23日	12月24日	12月25日	12月26日	12月27日	12月28日	12月29日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	パン	麦御飯	御飯	鮭粥	御飯	御飯	御飯
	コンソメスープ	味噌汁(揚げ、畑菜)	味噌汁(なす、豆苗)	味噌汁(玉葱、大根葉)	味噌汁(青梗菜、麩)	味噌汁(かぶ、オクラ)	味噌汁(ナス、豆苗)
	ハムソテー	ちくわの煮物	厚焼き卵	高野豆腐の含め煮	納豆	野菜炒め	がんもの含め煮
	ポテトサラダ	とろろいも	青梗菜のお浸し	二色和え	角天と大根の煮物	小松菜の和え物	青梗菜のチキン和え
	マーガリン		ふりかけ			ふりかけ	かつおおかか
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	476Kcal	416Kcal	455Kcal	388Kcal	461Kcal	419Kcal	452Kcal
昼	御飯	☆クリスマス☆	御飯			御飯	御飯
	味噌汁(舞茸、豆苗)	コンソメスープ	味噌汁(さつまいも、葱)	すまし汁	コンソメスープ	すまし汁	味噌汁(玉葱、若布)
	煮豆	フルーツヨーグルト	漬物	りんご缶	みかん	漬物	漬物
	A赤魚のザーサイ蒸し	ビーフシチュー	Aフライ盛り合わせ	A鶏そぼろ丼	Aたらのパン粉焼き・御飯	A豆腐ステーキ	A銀ひらすの胡麻照り焼き
	Bポークピカタ	バターライス	B酢鶏	Bかれの田楽焼き	Bスバゲッティミニソース	Bますの南蛮漬け	B鶏肉のハニーマスタード焼き
	ほうれん草のバターソテー	ミモザサラダ	キザミ昆布の煮物	ごぼう甘辛煮	ベーコンポテト	ブロッコリーソテー	木耳炒め
	いんげんの辛子和え		グリーンサラダ	ほうれん草のシラス和え	ツナサラダ	白菜の中華サラダ	もやし和え
Aエネルギー	436Kcal	631Kcal	588Kcal	503Kcal	536Kcal	546Kcal	461Kcal
Bエネルギー	595Kcal		473Kcal	520Kcal	556Kcal	508Kcal	432Kcal
おやつ	コーヒーゼリー・牛乳	クリスマスケーキ・牛乳	桃ゼリー・牛乳	チョコパイ・牛乳	ドームケーキ・牛乳	炭酸饅頭・牛乳	杏仁ムース・牛乳
おやつエネルギー	122Kcal	162Kcal	106Kcal	232Kcal	168Kcal	128Kcal	113Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(卵、葱)	味噌汁(小松菜、椎茸)	すまし汁	味噌汁(小松菜、人参)	味噌汁(豆腐、大根葉)	味噌汁(南瓜、えのき)	かき玉汁
	肉団子の甘酢煮	さばの七味焼き	豚肉の味噌炒め	ほっけの塩焼	鶏肉と里芋の煮物	蒸し魚の香味ポン酢かけ	味噌かつ
	春雨サラダ	里芋の含め煮	冬瓜の和風あんかけ	キャベツの洋風煮	卵豆腐～銀あん～	五目炒り煮	切干大根のサラダ
	みかん缶	高菜漬け	バナナ	漬物	浅漬け	黄桃缶	バナナ
エネルギー	581Kcal	474Kcal	478Kcal	433Kcal	481Kcal	484Kcal	615Kcal

\*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。