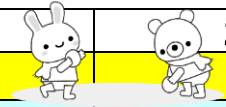


# 所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	2月17日	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日	2月22日	2月23日	
曜日	月	火	水	木	金	土	日	
朝	御飯	麦御飯	パン	菜飯	御飯	御飯	御飯	
	味噌汁(しろな、麩)	味噌汁(卵、えのき)	ポタージュ	味噌汁(しめじ、若布)	味噌汁(オクラ、揚げ)	味噌汁(小松菜、葱)	味噌汁(うまい菜、えのき)	
	いわしの蒲焼	野菜ソテー	ツナのコンソメ煮	さわらの塩焼	納豆	魚河岸生姜醤油	ミートボール	
	ブロッコリーのしらす和え	オクラの和え物	カリフラワーのピクルス風	青梗菜のお浸し	竹輪のとしろなの煮浸し	いんげんのサラダ	キャベツのツナ和え	
	漬物	ふりかけ	マーガリン			ふりかけ	のり佃煮	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
エネルギー	442Kcal	430Kcal	496Kcal	355Kcal	464Kcal	433Kcal	484Kcal	
昼	ゆかり御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	
	味噌汁(みつば、舞茸)	すまし汁	味噌汁(白菜、麩)	味噌汁(豆腐、なめこ)	すまし汁	味噌汁(うまい菜、揚げ)	すまし汁	
	マンゴー缶	漬物	漬物	黄桃缶	バナナ	みかん缶	パイン缶	
	A彩り擬製豆腐	A回鍋肉	A白身魚のさらさ焼き	A豚肉の中華炒め	Aめだいのみそマヨ焼き	Aポークカレー	A金目鯛の煮つけ	
	B寄せ鍋	B寄せ鍋	B寄せ鍋	B寄せ鍋	B寄せ鍋	B寄せ鍋	Bかれの煮つけ	B鶏肉の和風ポトフ
	じゃが煮	なすの煮物	五目豆	ひじきの煮物	海老ともやしの炒め物	かにコロッケ	ごぼうの炒り煮	
	もやしサラダ	畑菜のごま和え	海藻サラダ	春菊のわさび和え	青梗菜の菊花和え	コールスローサラダ	わかめの酢の物	
	Aエネルギー	525Kcal	547Kcal	526Kcal	540Kcal	552Kcal	703Kcal	480Kcal
Bエネルギー	494Kcal	494Kcal	494Kcal	494Kcal	494Kcal	567Kcal	478Kcal	
おやつ	青梅ゼリー・牛乳	ハッピーターン・牛乳	杏仁ムース・ジョア	チョコレート饅頭・牛乳	葡萄ゼリー・牛乳	パンケーキ・牛乳	クリームパン・牛乳	
	105Kcal	125Kcal	119Kcal	137Kcal	108Kcal	132Kcal	165Kcal	
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	
	味噌汁(ほうれん草、揚げ)	味噌汁(さつまい、貝割れ)	すまし汁	味噌汁(いんげん・麩)	味噌汁(里芋、豆苗)	味噌汁(大根葉、かぶ)	味噌汁(もやし、オクラ)	
	豚肉のオニオンソースかけ	さわらのバター醤油焼き	鶏肉の生姜焼き	洋風卵焼き	松風焼き	あじの山椒焼き	厚揚げの野菜あん	
	スパゲッティサラダ	かぶの水晶煮	マカロニのケチャップ煮	冬瓜の煮物	ぜんまいの煮物	白菜の炒め煮	さつまい甘煮	
	大根甘酢漬け	洋ナシ缶	りんご缶	キャベツ浅漬け	漬物	胡瓜の塩もみ	漬物	
エネルギー	563Kcal	502Kcal	463Kcal	501Kcal	475Kcal	417Kcal	525Kcal	

\*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。