所沢かがやきの里　週間予定献立表

日付	3月3日	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日	3月8日	3月9日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	パン	御飯	しらす粥	御飯	麦ごはん	御飯
	味噌汁（さつま芋、葱）	コーンスープ	味噌汁（うまい菜、しめじ）	味噌汁（もやし、舞茸）	味噌汁（大根、揚げ）	味噌汁（しろな、えのき）	味噌汁（葱、しめじ）
	角天煮物	ポークビーンズ	納豆	竹輪の炒り煮	野菜炒め	とりつくね	和風ポトフ
	カリフラワーの和風和え	白菜のドレ和え	なすの醤油煮	かぶの甘酢漬け	畑菜のおかか和え	菜の花のお浸し	ほうれん草の錦糸和え
	漬物	ジャム			ふりかけ		ふりかけ
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	456Kcal	501Kcal	495Kcal	384Kcal	457Kcal	470Kcal	441Kcal
昼	～ひな祭り献立～	御飯	御飯	御飯	御飯		御飯
	海鮮丼	中華スープ	味噌汁（じゃが芋、若布）	すまし汁	味噌汁（麩、玉葱）		すまし汁
	すまし汁（あさり、みつば）	みかん缶	漬物	昆布佃煮	マンゴー缶	フルーツカクテル	漬物
	鶏肉と筍の煮物	A回鍋肉	Aぶりの西京焼き	A鶏肉の竜田揚げ	A金目鯛の煮つけ	Aきつねそば	Aシルバーの柚庵焼き
	菜の花の辛子和え	Bかれいの南蛮漬け	Bポークソテー	B白身魚のパン粉焼き	B鶏肉のピザ焼き	B牛肉のしぐれ煮・御飯・味噌汁	B肉じゃが
		かぶの煮物	ごぼうの炒め煮	さつま芋の煮物	炒り豆腐	もやしの炒め物	マカロニカレーソテー
		青梗菜のごま酢和え	ほうれん草の磯和え	白菜の青じそ和え	小松菜のお浸し	温泉卵	中華和え
Aエネルギー	433Kcal	580Kcal	535Kcal	565z	530Kcal	526Kcal	543Kcal
Bエネルギー		508Kcal	525Kcal	520Kcal	561Kcal	599Kcal	575Kcal
おやつ	いちごケーキ・牛乳	桃ゼリー・牛乳	饅頭・ジョア	ドームケーキ・牛乳	抹茶ゼリー・牛乳	クレープ・牛乳	ロアンヌ・牛乳
おやつエネルギー	541Kcal	110Kcal	113Kcal	167Kcal	122Kcal	146Kcal	137Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁（畑菜、えのき）	味噌汁（さといも、いんげん）	中華スープ	味噌汁（さや、人参）	味噌汁（ナス、みつば）	味噌汁（南瓜、大根葉）	味噌汁（青梗菜、豆腐）
	鶏肉の山椒焼き	さわらの野菜蒸し	えび玉風	たらのごまだれがらめ	豚肉の玉葱ソース炒め	ほきの照り焼き	ハムカツ
	高野豆腐の煮物	ぜんまい煮	オクラのクルミ和え	ほうれん草のソテー	冬瓜のかにあんかけ	ブロッコリーソテー	うどと胡瓜の梅肉和え
	バナナ	漬物	黄桃缶	パイン缶	漬物	漬物	りんご缶
エネルギー	541Kcal	421Kcal	476Kcal	466Kcal	470Kcal	393Kcal	515Kcal

*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。