

# 所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	3月31日	4月1日	4月2日	4月3日	4月4日	4月5日	4月6日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	麦御飯	御飯	ゆかり粥	パン	御飯	麦御飯	御飯
	味噌汁(大根、さや)	味噌汁(キャベツ、いんげん)	味噌汁(豆腐、大根葉)	コンソメスープ	味噌汁(若布、まいたけ)	味噌汁(青梗菜、しめじ)	味噌汁(白菜、麩)
	白菜の煮物	さつま揚げの炒め煮	高野豆腐の煮物	オムレツ	はんべんのチーズのせ焼き	野菜ソテー	温泉卵
	オクラ和え	大根の和風マヨネーズ和え	もやしのゆず和え	菜の花のかにかま和え	春菊のなめ茸和え	とろろ	小松菜煮浸し
	ふりかけ	たいみそ		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	394Kcal	463Kcal	422Kcal	455Kcal	444Kcal	404Kcal	436Kcal
昼		豆ごはん	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
		すまし汁	コンソメスープ	味噌汁(玉葱、麩)	コンソメスープ	味噌汁(さつま芋、葱)	味噌汁(ほうれん草、えのき)
	洋ナシ缶	みかん缶	パイン缶	黄桃缶	漬物	漬物	漬物
	Aたぬきうどん	Aさわらの塩焼	A和風ハンバーグ	A白身魚の香味焼き	Aポークチャップ	A鶏肉のマスタード焼き	Aめばるの煮つけ
	B白身魚のピカタ・御飯・味噌汁	B鶏肉のぴり辛焼き	Bかれいのおろし煮	Bチンジャオロース	B赤魚の中華ソース	Bぶりの粕漬け焼き	B鶏の照り焼き
	鶏天ぷら	豆腐の木の芽焼き	ベーコンとカリフラワーソテー	がんもの煮物	ふきの含め煮	かぶの土佐煮	ますとピーマンの炒め物
	キャベツのごま風味和え	ほうれん草の錦糸和え	青梗菜のおかか和え	春雨サラダ	ポテトサラダ	ブロッコリーサラダ	もやしのナムル
Aエネルギー	503Kcal	510Kcal	530Kcal	483Kcal	521Kcal	553Kcal	487Kcal
Bエネルギー	510Kcal	506Kcal	452Kcal	567Kcal	432Kcal	553Kcal	523Kcal
おやつ	いちごスペシャル・牛乳	ようかん・牛乳	せんべい・牛乳	バニラクレープ・牛乳	ライチゼリー・牛乳	ごま饅頭・ジョア	パインゼリー・牛乳
おやつエネルギー	188Kcal	149Kcal	114Kcal	147Kcal	107Kcal	152Kcal	110Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(畑菜、揚げ)	味噌汁(里芋、若布)	味噌汁(じゃが芋、葱)	すまし汁	味噌汁(豆腐、若布)	味噌汁(大根、葉)	中華スープ
	豚肉のトマトソースかけ	肉野菜のバターポン酢かけ	ますの照り焼き	鶏肉の胡麻味噌焼き	干草焼き	海老カツ	麻婆豆腐
	ビーフン炒め	南瓜の胡麻煮	しろなのチキン和え	さつま芋の煮物	大根のさっぱり和え	豚肉と蓮根の炒め煮	いんげんのくるみ和え
	カリフラワーサラダ	ザーサイ和え	茶福豆	白菜の塩昆布あえ	りんご缶	バナナ	マンゴー缶
エネルギー	610Kcal	478Kcal	502Kcal	515Kcal	513Kcal	574Kcal	534Kcal

\*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。