



所沢かがやきの里

週間予定献立表



日付	6月16日	6月17日	6月18日	6月19日	6月20日	6月21日	6月22日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	菜粥	御飯	麦飯	パン	御飯	御飯
	味噌汁(小松菜、えのき)	味噌汁(玉葱、揚げ)	味噌汁(ナス、いんげん)	味噌汁(畑菜、椎茸)	コンソメスープ	味噌汁(キャベツ、若布)	味噌汁(しめじ、貝割れ)
	かにかまの卵とじ	いわしの蒲焼	野菜炒め	じゃが芋のツナ和え	肉団子のオニオンソース	冬瓜の煮物	やわらかつまみの煮物
	カリフラワーのごま醤油あえ	ちくわと白菜の炒め物	温泉卵	納豆	ブロッコリーのマヨ和え	菜の花としらすの和え物	二色和え
	ふりかけ				メープルジャム	のり佃煮	ふりかけ
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	498Kcal	499Kcal	481Kcal	495Kcal	470Kcal	427Kcal	423Kcal
昼	御飯	御飯	梅しそ御飯	御飯		御飯	御飯
	味噌汁(さつま芋、貝割れ)	中華スープ	味噌汁(なめこ、長ネギ)	味噌汁(豆腐、大根菜)		中華スープ	味噌汁(しろな、麩)
	うぐいす豆	漬物	漬物	佃煮	マンゴー缶	漬物	漬物
	Aぶりのみそ漬け 焼き	A豆腐ステーキ	A赤魚の塩麹焼き	A鶏肉の生姜焼き	Aほきの煮つけ・御 飯・味噌汁	A揚げ鶏のレモン ソースかけ	Aさばの塩焼
	B若鶏マスタード風 味	Bポークチャップ	B豚肉の葱塩ソー ス	Bたらちの磯辺揚げ	B野菜たんめん	B鰯の焼き浸し	B鶏肉のチーズ焼 き
	翡翠煮	かにしゅうまい	里芋の煮物	かぶの煮物	ラタトゥイユ	レンコンの旨煮	大根の生姜煮
Aエネルギー	キャベツの沢庵和え	もやしサラダ	しろなのみぞれ和え	ほうれん草のお浸し	青梗菜の胡麻和え	オクラのおかか和え	わかめの酢の物
	541Kcal	497Kcal	425Kcal	452Kcal	456Kcal	572Kcal	502Kcal
Bエネルギー	528Kcal	519Kcal	500Kcal	481Kcal	518Kcal	473Kcal	491Kcal
おやつ	桃ゼリー・牛乳	炭酸饅頭・牛乳	葡萄ムース・牛乳	ロアンヌ・ジョア	焼きドーナツ・牛乳	スイスロール・牛乳	今川焼き・牛乳
おやつエネルギー	110Kcal	128Kcal	107Kcal	149Kcal	136Kcal	175Kcal	168Kcal
夕	海老ピラフ	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	コンソメスープ	味噌汁(青梗菜、舞茸)	味噌汁(うまい菜、麩)	味噌汁(もやし、若布)	具沢山汁	味噌汁(じゃが芋、さや)	味噌汁(卵、みつば)
	マカロニサラダ	白身魚の揚げ浸し	牛肉のしぐれ煮	しいらの甘酢あんかけ	ふくさ焼き	めばるの漬け焼き	豚肉のオイスター炒め
		大根の金平	いんげんの炒め物	ナス炒め物	ごぼうのみそ炒め	炒り豆腐	カリフラワー和え
	オレンジ	カクテル缶	パイン缶	洋ナシ缶	漬物	オレンジ	黄桃缶
エネルギー	409Kcal	552Kcal	491Kcal	506Kcal	503Kcal	458Kcal	49Kcal

*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。