

所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	6月23日	6月24日	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日	6月29日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	さつま芋粥	御飯	麦飯	御飯	パン	御飯	御飯
	味噌汁(玉葱、さや)	味噌汁(白菜、しめじ)	味噌汁(豆腐、若布)	味噌汁(玉葱、かぶの葉)	パンプキンスープ	味噌汁(卵、貝割れ)	味噌汁(ほうれん草、麩)
	さつま揚げと里芋の煮物	高野豆腐の含め煮	大根の炒り煮	肉詰めいなりの煮物	ウインナーと野菜のケチャップ炒め	ちくわの甘辛煮	納豆
	ほうれん草となめたけ和え	ツナとキャベツのサラダ	小松菜の和え物	菜の花のくるみ和え	白菜のイタリアンサラダ	ポテトサラダ	えびと冬瓜の煮物
		うめびしお	ふりかけ	のり佃煮	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	416Kcal	449Kcal	447Kcal	489Kcal	497Kcal	513Kcal	448Kcal
昼		御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
		味噌汁(うまい菜、麩)	すまし汁	味噌汁(舞茸、貝割れ)	味噌汁(もやし、豆苗)	コンソメスープ	味噌汁(南瓜、葱)
	マンゴー缶	漬物	昆布佃煮	漬物	漬物	りんご缶	バナナ
	A冷やしそば	A千草焼き	A豚肉のピリ辛焼き	A三色丼	A鶏肉の玉葱ソース	Aハヤシライス	A赤魚のごま焼き
	B回鍋肉・御飯・すまし汁	Bぶりの煮つけ	Bたらの菜種焼き	Bますのクリームソースかけ	Bお魚ハンバーグ照り焼き	B白身魚のピカタ	B豚肉の香味焼き
	夏野菜のかき揚げ	筑前煮	なすとピーマンの炒め物	じゃが芋の含め煮	かぶのくず煮	ビーフソテー	切干大根の煮物
	もやしの胡麻和え	春雨の中華和え	オクラのポン酢和え	ビーンズサラダ	カリフラワーのかにかま和え	キャベツサラダ	胡瓜のポン酢和え
	Aエネルギー	506Kcal	519Kcal	532Kcal	541Kcal	466Kcal	520Kcal
Bエネルギー	623Kcal	522Kcal	528Kcal	572Kcal	432Kcal	481Kcal	562Kcal
おやつ	あんぱん・牛乳	いちごゼリー・牛乳	パンケーキ・牛乳	ソフトサラダ・牛乳	吹雪饅頭・牛乳	コーヒーゼリー・ジョア	ドームケーキ・牛乳
おやつエネルギー	196Kcal	110Kcal	125Kcal	133Kcal	165Kcal	134Kcal	179Kcal
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(じゃが芋、葱)	味噌汁(しろな、さや)	味噌汁(ナス、冬瓜)	味噌汁(畑菜、若布)	味噌汁(白菜、大根葉)	味噌汁(さや、若布)
	しいらの生姜煮	焼肉	めばるの葱醤油焼き	えびかつ	白身魚の香味蒸し	さばのみりん漬け焼き	親子煮
	ブロッコリーの和え物	青梗菜のお浸し	ごぼうの甘辛炒め	ほうれん草のバターソテー	五目豆腐	小松菜と人参の炒め物	ブロッコリーソテー
	漬物	洋ナシ缶	カクテル缶	オレンジ	パイン缶	もずく酢	漬物
エネルギー	446Kcal	455Kcal	498Kcal	507Kcal	516Kcal	484Kcal	485Kcal

*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。