



所沢かがやきの里

週間予定献立表



日付	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	8月1日	8月2日	8月3日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	パン	麦飯	御飯	御飯	御飯	菜粥	御飯
	コンソメスープ	味噌汁(大根、貝割れ)	味噌汁(かぶ、舞茸)	味噌汁(なす、若布)	味噌汁(小松菜、えのき)	味噌汁(かぶ、揚げ)	味噌汁(玉葱、かぶの葉)
	野菜ソテー	畑菜とさつま揚げの煮浸し	卵焼き	ミートボール柚子	はんぺんの卵とじ	いわしの蒲焼	野菜炒め
	もやしサラダ	長芋とろろ	オクラのお浸し	青梗菜の和え物	カリフラワーのごま醤油和え	ちくわと白菜の炒め物	温泉卵
	ジャム		ふりかけ	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	417Kcal	410Kcal	474Kcal	442Kcal	487Kcal	505Kcal	481Kcal
昼	御飯	御飯	御飯		御飯	御飯	梅しそ御飯
	味噌汁(里芋、いんげん)	コンソメスープ	味噌汁(白菜、葱)		味噌汁(さつま芋、貝割れ)	中華スープ	味噌汁(なめこ、長ネギ)
	漬物	パイン缶	漬物	マンゴー缶	黄桃缶	漬物	漬物
	A赤魚の煮魚	A夏野菜キーマカレー	A白身魚のタルタル焼き	A冷やしそうめん	Aぶりのみそ漬け焼き	A豆腐ステーキ 中華あん	Aさばの塩麴焼
	B肉豆腐	Bかれいのバター焼き	B鶏肉のねぎ塩焼き	B回鍋肉・御飯・スープ	B照り焼きハンバーグ	B麻婆茄子	B鶏肉のガーリックソースかけ
	昆布の炒め煮	コロケ	ゴーヤチャンプル	夏野菜のかき揚げ	翡翠煮	かにしゅうまい	里芋の煮物
Aエネルギー	菜の花のお浸し	野菜サラダ	ほうれん草の辛子和え	大根サラダ	きゃべつの沢庵和え	もやしサラダ	しろなのみぞれ和え
	459Kcal	614Kcal	568Kcal	484Kcal	529Kcal	499Kcal	484Kcal
Bエネルギー	539Kcal	583Kcal	504Kcal	614Kcal	564Kcal	559Kcal	478Kcal
おやつ	スィスロール・牛乳	いちごムース・牛乳	ライチゼリー・ジョア	吹雪饅頭・牛乳	桃ゼリー・牛乳	クレープ・牛乳	ロアンヌ・牛乳
	179Kcal	107Kcal	123Kcal	165Kcal	110Kcal	146Kcal	137Kcal
タ	御飯	御飯	御飯	御飯	野菜ピラフ	御飯	御飯
	すまし汁	味噌汁(うまい菜、揚げ)	味噌汁(小松菜、麩)	味噌汁(玉葱、大根葉)	コンソメスープ	味噌汁(青梗菜、舞茸)	味噌汁(うまい菜、麩)
	チキンソテー照り焼きソース	さわらの香味焼き	ポークチャップ	ほきの粕漬け焼き	グリルチキン	白身魚の揚げ浸し	牛肉のしぐれ煮
	茄子の味噌炒め	レンコンの塩麴炒め	ふきの煮物	冬瓜のうす煮	野菜サラダ	大根金平	いんげんの炒め物
	みかん缶	カリフラワーの甘酢漬け	オレンジ	うぐいす豆		カクテル缶	洋梨缶
エネルギー	533Kcal	482Kcal	465Kcal	435Kcal	406Kcal	523Kcal	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。