

所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	8月18日	8月19日	8月20日	8月21日	8月22日	8月23日	8月24日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	パン	御飯	中華粥	麦ごはん	御飯	御飯	御飯
	コンソメスープ	味噌汁(かぶ、オクラ)	味噌汁(舞茸、大根葉)	味噌汁(なす、えのき)	味噌汁(豆腐、長ネギ)	味噌汁(舞茸、豆苗)	味噌汁(うまい菜、えのき)
	ベーコンソテー	納豆	ちくわの炒め煮	いわしの蒲焼	野菜炒め	麩の卵とじ	豆腐のひき肉包み揚げ
	うまい菜とツナのドレ和え	つみれの煮物	ほうれん草のピーナッツ和え	カリフラワーサラダ	白菜のお浸し	青菜の和え物	なすの昆布つゆ和え
	チョコジャム			ふりかけ	のり佃煮	ふりかけ	梅干し
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	517Kcal	494Kcal	431Kcal	481Kcal	459Kcal	455Kcal	478Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯		御飯	御飯
	味噌汁(さや、若布)	中華スープ	すまし汁	味噌汁(玉葱、しろな)	味噌汁(うまい菜、えのき)	味噌汁(じゃが芋、かぶの葉)	味噌汁(キャベツ、揚げ)
	漬物	杏仁フルーツ	漬物	昆布佃煮	りんご缶	漬物	マンゴー缶
	Aかにクリームコロッケ・エビフライ	Aそばろ丼	Aめばるのしそ塩麴焼き	A豚肉のんにく醤油炒め	Aさわらの照り焼き・御飯	A白身魚の揚げ煮	A豚肉の生姜焼き
	Bあぶらかれのねぎ塩焼き	Bほきのみりん漬け焼き	B中華風卵焼き	B鯿のパン粉焼き	Bやきそば	B鶏肉のごま焼き	Bますのムニエル
	ごぼうの旨煮	春巻き	春雨のチャプチェ	さつま芋のレモン煮	餃子あんかけ	大根の煮物	炒り豆腐
	青梗菜の辛子和え	なすのお浸し	オクラの和え物	豆腐サラダ	キャベツサラダ	もやし中華サラダ	いんげんの香味和え
Aエネルギー	524Kcal	581Kcal	445Kcal	555Kcal	518Kcal	476Kcal	536Kcal
Bエネルギー	467Kcal	559Kcal	484Kcal	587Kcal	548Kcal	434Kcal	521Kcal
おやつ	ぼたぼた焼き・牛乳	葡萄ゼリー・牛乳	チョコ饅頭・牛乳	レアチーズムース・牛乳	豆乳ドーナツ・牛乳	クッキー・ジョア	パインゼリー・牛乳
おやつエネルギー	114Kcal	110Kcal	139Kcal	114Kcal	136Kcal	125Kcal	76Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(豆腐、みつば)	味噌汁(小松菜、揚げ)	味噌汁(畑菜、人参)	味噌汁(キャベツ、麩)	味噌汁(南瓜、大根葉)	味噌汁(小松菜、若布)	味噌汁(畑菜、卵)
	ミートローフ	赤魚の塩焼	鶏肉のゆず醤油ソース	かれいの煮つけ	チキンステーキ	肉団子の酢豚	白身魚のピカタ
	二色和え	かぶのうす煮	ブロッコリーのサラダ	胡麻和え	油揚げと蓮根の煮物	あさりとブロッコリーの炒め物	マカロニサラダ
	オレンジ	漬物	バナナ	洋梨缶	漬物	黄桃缶	漬物
エネルギー	495Kcal	396Kcal	530Kcal	414Kcal	554Kcal	492Kcal	525Kcal

*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。