



所沢かがやきの里

週間予定献立表



日付	9月1日	9月2日	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日	9月7日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	麦御飯	菜粥	御飯	食パン	御飯	御飯
	味噌汁(玉葱、麩)	味噌汁(さや、若布)	味噌汁(しめじ、ねぎ)	味噌汁(なす、貝割れ)	コンソメスープ	味噌汁(えのき、オクラ)	味噌汁(白菜、揚げ)
	がんもの煮物	納豆	青菜のベーコン炒め	厚揚げの甘辛煮	炒り卵	お魚豆腐揚げ	ウインナーソテー
	春菊の胡麻和え	青梗菜の煮浸し	いんげんのピーナッツ和え	ほうれん草の和え物	ポテトサラダ	キャベツのわさび和え	うまい菜のお浸し
	ふりかけ			たいみそ	ジャム	ふりかけ	うめびしお
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	440Kcal	446Kcal	450Kcal	467Kcal	513Kcal	478Kcal	46Kcal
昼		御飯	きのこ御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
		味噌汁(じゃが芋、豆苗)	味噌汁(もやし、麩)	味噌汁(舞茸、いんげん)	中華スープ	味噌汁(玉葱、かぶ葉)	すまし汁
	マンゴー缶	パイン缶	カクテル缶	漬物	バナナ	黄桃缶	昆布佃煮
	A冷やしそば	Aほっけの塩焼	A豚肉のポン酢炒め	Aフライ盛り合わせ	A豚肉のオイスターソース炒め	A鯰の塩麴焼き	A鶏肉の照り焼き
	Bますの葱醤油焼き	B鶏肉のガーリックソースかけ	Bさわらのカレー風味焼き	B豚肉のピリ辛焼き	Bほきの梅肉焼き	B鶏肉ときのこの炒め物	Bたらの和風ムニエル
	さつま芋のレモン煮	ごぼうの甘辛煮	茄子の含め煮	さつま揚げと昆布の炒り煮	切干大根の煮物	冬瓜の土佐煮	五目豆腐
	キャベツの磯和え	春雨サラダ	白菜の和風サラダ	イタリアンサラダ	カリフラワーのゆかり和え	ブロッコリーの和え物	大根サラダ
Aエネルギー	503Kcal	543Kcal	573Kcal	549Kcal	541Kcal	468Kcal	521Kcal
Bエネルギー	553Kcal	597Kcal	610Kcal	517Kcal	488Kcal	475Kcal	508Kcal
おやつ	きなこムース・牛乳	クレープバナナ・牛乳	あんぱん・牛乳	マスカットゼリー・牛乳	炭酸饅頭・ジョア	せんべい・牛乳	ピーチゼリー・牛乳
おやつエネルギー	127Kcal	146Kcal	196Kcal	110Kcal	140Kcal	100Kcal	110Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	チャーハン	御飯
	すまし汁(とろろ、貝割れ)	味噌汁(冬瓜、小松菜)	すまし汁(はんぺん、みつば)	味噌汁(若布、大根葉)	味噌汁(白菜、豆苗)	中華スープ	味噌汁(小松菜、麩)
	さばの生姜煮	かに入り卵焼きあんかけ	白身魚の味噌焼き	鶏肉のマヨネーズ焼き	赤魚のごま焼き	しゅうまい	かれいの煮付け
	もやしのソテー	ひじきの煮物	大根の煮物	焼きビーフン	かぶのくず煮	ほうれん草サラダ	茄子のピリ辛炒め
	煮豆	漬物	漬物	オレンジ	漬物		洋梨缶
エネルギー	492Kcal	456Kcal	454Kcal	516Kcal	425Kcal	470Kcal	475Kcal

*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。