◎ ● 所沢かがやきの里 週間予定献立才 ●

## 月 火 水 本 金 土 海飯								
表御飯 かに雑炊 御飯 御飯 御飯 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一	日付	9月8日	9月9日	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日	9月14日
明 映開汁(玉葱、烟菜) 味噌汁(ケス、かぶの菜) 味噌汁(白菜、貝割れ) 味噌汁(しろな、麩) 味噌汁(玉葱、揚げ) コンソメスープ 味噌汁(烟菜、人参) 長芋とろろ ほうれん草の辛子和え 春菊のしらす和え なずの昆布つゆ和え カリフラワーのド・和え 二色和え ブロッコリーのかにかま和え 一の 一の 一の 一の 一の 一の 一の 一	曜日	月	火	水	木	金	<u></u> ± \2	日
豆腐包揚げの煮物		麦御飯	かに雑炊	御飯	御飯	御飯	パン	御飯
日本	朝	味噌汁(玉葱、畑菜)	味噌汁(ナス、かぶの葉)	味噌汁(白菜、貝割れ)	味噌汁(しろな、麩)	味噌汁(玉葱、揚げ)	コンソメスープ	味噌汁(畑菜、人参)
安子とろう は		豆腐包揚げの煮物	いわしの蒲焼	炒り豆腐	竹輪の卵とじ	冬瓜とつみれの煮物	ベーコンソテー	ミートボール
中乳 牛乳 491Kcal 491Kcal 御飯 本学 上本 上本 上本 上面		長芋とろろ	ほうれん草の辛子和え	春菊のしらす和え	なすの昆布つゆ和え	カリフラワーのドレ和え	二色和え	ブロッコリーのかにかま和え
### 502Kcal 432Kcal 475Kcal 477Kcal 459Kcal 453Kcal 491Kcal 御飯				たいみそ	ふりかけ	うめびしお	ジャム	のり佃煮
御飯 御飯 御飯 御飯 御飯 御飯 御飯 御飯		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
味噌汁(里芋、葱) 味噌汁(卵、白ネギ) コンソメスープ 味噌汁(若布、大根) 中華スープ 味噌汁(白菜、貝割れ 注製缶 漬物 注製缶 漬物 注製缶 漬物 注製缶 漬物 注製缶 漬物 注製缶 漬物 上	エネルギー	502Kcal	432Kcal	475Kcal	477Kcal	459Kcal	453Kcal	491Kcal
漬物 マンゴー缶 バイン缶 りんご缶 漬物 洋梨缶 漬物 Aめばるの香味蒸し A鶏肉のマスタード 風味・御飯・味噌汁 A店はの塩焼き Aボリのみりん焼き 温焼き A店はの塩焼 A店はの塩焼 Bすき焼き煮 プロッコリーのガーリック炒め そ巻き B熟肉のパン粉焼き き Bますのクリーム ツースかけ B豚肉と厚揚げの 宣煮 B和風卵焼き かぶの白煮 マカロニソテー マカロニソテー スパゲッテイサラダ おろし和え おろし和え おろし和え 499Kcal 637Kcal 514Kcal 551Kcal 497Kcal 518Kcal 468Kcal 519Kcal 574Kcal 500Kcal 480Kcal 534Kcal 137Kcal 134Kcal 139Kcal 213Kcal 110Kcal 113Kcal 167Kcal 9 御飯 本でインウートマー・中乳		御飯		御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
A かばるの香味蒸 A 離 肉のマスタード A 白 身魚のパター醤 油焼き 出焼き 出版を		味噌汁(里芋、葱)		味噌汁(卵、白ネギ)	コンソメスープ	味噌汁(若布、大根)	中華スープ	味噌汁(白菜、貝割れ)
B		漬物	マンゴー缶	パイン缶	りんご缶	漬物	洋梨缶	漬物
Bすき焼き煮 Bおかめうどん B難肉のパン粉焼 Bますのクリーム D下のは D				A白身魚のバター醤	Δチキンカル	Δ ごいのみいん 焼き	△庇波茄ヱ	Aさげの指悟
Par	昼	<u>L</u>	風味・御飯・味噌汁					八〇〇〇四元
スパゲッテイサラダ おろし和え 胡瓜と若布の和え物 ゲリーンサラダ 青梗菜の磯和え キャベツの中華和え 春菊のなめたけ和え 501Kcal 580Kcal 499Kcal 514Kcal 551Kcal 497Kcal 518Kcal 468Kcal 519Kcal 574Kcal 500Kcal 480Kcal 534Kcal 534Kcal 107レス・牛乳 カッキー・牛乳 カッキー・牛乳 カリームパン・牛乳 カリームパン・牛乳 137Kcal 134Kcal 139Kcal 213Kcal 110Kcal 113Kcal 167Kcal 御飯 御飯 御飯 御飯 御飯 御飯 御飯 御		<u>Bすき焼き煮</u>	Bおかめうどん				B和風卵焼き	<u>B豚肉ソテー</u>
501Kcal 580Kcal 499Kcal 637Kcal 514Kcal 551Kcal 497Kcal 518Kcal 468Kcal 519Kcal 574Kcal 500Kcal 480Kcal 534Kcal 519Kcal 574Kcal 500Kcal 480Kcal 534Kcal 574Kcal 500Kcal 480Kcal 534Kcal 574Kcal 500Kcal 480Kcal 534Kcal 574Kcal 137Kcal 137Kcal 137Kcal 139Kcal 139Kcal 110Kcal 113Kcal 167Kcal 137Kcal 139Kcal 139Kcal 110Kcal 113Kcal 167Kcal 110Kcal 110Kcal 113Kcal 167Kcal 110Kcal 110Kcal 113Kcal 167Kcal 110Kcal 110Kcal 110Kcal 113Kcal 167Kcal 110Kcal 110K		ブロッコリーのガーリック炒め	春巻き	小松菜の煮浸し	コロッケ	れんこんの塩麹炒め	かぶの白煮	マカロニソテー
518Kcal 468Kcal 519Kcal 574Kcal 500Kcal 480Kcal 534Kcal 534Kcal 17ンヌ・牛乳 コーヒーゼリー・ジョア 酒饅頭・牛乳 アイスクリーム・牛乳 いちごゼリー・牛乳 クッキー・牛乳 クリームパン・牛乳 137Kcal 134Kcal 139Kcal 213Kcal 110Kcal 113Kcal 167Kcal 167Kcal 100kcal 113Kcal 167Kcal 100kcal 113Kcal 167Kcal 100kcal 110kcal 11		スパゲッテイサラダ	おろし和え	胡瓜と若布の和え物	グリーンサラダ	青梗菜の磯和え	キャベツの中華和え	春菊のなめたけ和え
TPンヌ・牛乳 コーヒーゼリー・ジョア 酒饅頭・牛乳 アイスクリーム・牛乳 いちごゼリー・牛乳 クッキー・牛乳 クリームパン・牛乳 137Kcal 134Kcal 139Kcal 213Kcal 110Kcal 113Kcal 167Kcal	Aエネルギー	501Kcal	580Kcal	499Kcal	637Kcal	514Kcal	551Kcal	497Kcal
137Kcal 134Kcal 139Kcal 213Kcal 110Kcal 113Kcal 167Kcal 御飯	Bエネルギー	518Kcal	468Kcal	519Kcal	574Kcal	500Kcal	480Kcal	534Kcal
伊飯 御飯	おやつ	ロアンヌ・牛乳	コーヒーゼリー・ジョア	酒饅頭•牛乳	アイスクリーム・牛乳	いちごゼリー・牛乳	クッキー・牛乳	クリームパン・牛乳
「中間	おやつエネルギー	137Kcal	134Kcal	139Kcal	213Kcal	110Kcal	113Kcal	167Kcal
タ ポークピカタ ほきの味噌煮 豚肉の生姜炒め さわらの野菜あんかけ 豆腐ハンバーグトマトソース 赤魚の山椒焼き 鶏肉の南部焼き キャベツのサラダ もやしの炒め物 南瓜の甘煮 うまい菜の胡麻和え 白菜のツナ和え 豆腐チャンプル 里芋の味噌煮 りんご缶 漬物 浅漬け 黄桃缶 漬物 バナナ ****** 528Kcal 390Kcal 502Kcal 457Kcal 527Kcal 450Kcal 471Kcal	タ	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
キャベツのサラダ もやしの炒め物 南瓜の甘煮 りんご缶 漬物 漬物 浅漬け 黄桃缶 漬物 バナナ 528Kcal 390Kcal 502Kcal 納涼祭		味噌汁(大根、若布)	すまし汁(麩、豆苗)	味噌汁(青梗菜、揚げ)	味噌汁(もやし、オクラ)	味噌汁(小松菜、長ネギ)	味噌汁(えのき、かぶの葉)	すまし汁
りんご缶 漬物 漬物 浅漬け 黄桃缶 漬物 バナナ 528Kcal 390Kcal 502Kcal 457Kcal 527Kcal 450Kcal 471Kcal 納涼祭		ポークピカタ	ほきの味噌煮	豚肉の生姜炒め	さわらの野菜あんかけ	豆腐ハンバーグトマトソース	赤魚の山椒焼き	鶏肉の南部焼き
528Kcal 390Kcal 502Kcal 457Kcal 527Kcal 450Kcal 471Kcal 納涼祭		キャベツのサラダ	もやしの炒め物	南瓜の甘煮	うまい菜の胡麻和え	白菜のツナ和え	豆腐チャンプル	里芋の味噌煮
納涼祭		りんご缶	漬物	漬物	浅漬け	黄桃缶	漬物	バナナ
納涼祭	エネルギー	528Kcal	390Kcal	502Kcal	457Kcal		450Kcal	471Kcal
						納涼祭		

*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。