

所沢かがやきの里

週間予定献立表



日付	10月6日	10月7日	10月8日	10月9日	10月10日	10月11日	10月12日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	パン	御飯	御飯	御飯	御飯	麦ごはん	ほたて雑炊
	コンソメスープ	味噌汁(みつば、わかめ)	味噌汁(玉葱、麩)	味噌汁(若布、かぶ)	味噌汁(しめじ、さや)	味噌汁(うまい菜、麩)	味噌汁(もやし、豆苗)
	トマトオムレツ	納豆	がんもの煮物	いわし蒲焼	はんぺんの煮物	高野豆腐の煮物	野菜つみれの煮物
	カリフラワーサラダ	小松菜とちくわ炒め	青梗菜のお浸し	オクラのなめたけ和え	ブロッコリーごま和え	長いもとろろ	春菊のからし和え
	ジャム		のり佃煮	ふりかけ	たいみそ		
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	451Kcal	452Kcal	430Kcal	480Kcal	460Kcal	436Kcal	399Kcal
昼	御飯	御飯	御飯		御飯	御飯	御飯
	味噌汁(しろな、麩)	味噌汁(もやし、大根葉)	味噌汁(えのき、豆苗)		味噌汁(玉葱、貝割れ)	味噌汁(南瓜、葱)	中華スープ
	佃煮	洋ナシ缶	バナナ	黄桃缶	黄桃缶	漬物	漬物
	A鶏肉の塩麹焼き	Aソースかつ丼	A白身魚のパン粉焼き	Aきつねうどん	Aぶりの漬け焼き	Aさばの照り焼き	A中華丼
	Bあじの香味焼き	Bさわらのバターチーズ焼き	B鶏肉の柚子醤油ソース	B赤魚の照り煮・御飯・味噌汁	B豚バラ大根	Bチキンピカタ	Bますの南蛮漬け
	南瓜の甘煮	かぶと油揚げの含め煮	ごぼうの炒り煮	ちくわの磯辺揚げ	ほうれん草の煮浸し	カリフラワーソテー	青菜炒め
Aエネルギー	508Kcal	559Kcal	574Kcal	528Kcal	533Kcal	488Kcal	548Kcal
Bエネルギー	500Kcal	533Kcal	583Kcal	573Kcal	542Kcal	483Kcal	467Kcal
おやつ	抹茶ゼリー・牛乳	クリームパン・ジョア	コーヒーゼリー・牛乳	黒糖饅頭・牛乳	バナナスペシャル・牛乳	バームクーヘン・牛乳	プリンムース・牛乳
おやつエネルギー	122Kcal	179Kcal	122Kcal	153Kcal	187Kcal	137Kcal	123Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	菜飯	御飯	御飯	御飯
	すまし汁	味噌汁(卵、貝割れ)	中華スープ	味噌汁(キャベツ、人参)	味噌汁(舞茸、小松菜)	コンソメスープ	すまし汁
	めばるの生姜煮	ほきの梅肉焼き	麻婆豆腐	干草焼き	鶏肉のカレー風味焼き	豚肉のトマトソースかけ	かれいの揚げ煮
	なすのごまみそ炒め	コンソメ煮	うまい菜の中華和え	さっぱり春雨サラダ	かぶの土佐煮	なすの含め煮	ビーフン炒め
	りんご缶	きゅうり浅漬け	うずら豆	漬物	高菜漬け	パイン缶	マンゴー缶
エネルギー	481Kcal	430Kcal	508Kcal	491Kcal	453Kcal	536Kcal	484Kcal

*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。