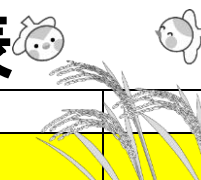


所沢かがやきの里

週間予定献立表



日付	10月13日	10月14日	10月15日	10月16日	10月17日	10月18日	10月19日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	パン	菜粥	御飯	御飯	麦ごはん	御飯
	味噌汁(えのき、水菜)	クリームスープ	味噌汁(豆腐、なめこ)	味噌汁(玉葱、かぶの葉)	味噌汁(なす、麩)	味噌汁(さや、若布)	味噌汁(しめじ、葱)
	厚焼き卵	魚肉ソーセージとピーマンの炒め	里芋と角天の含め煮	温泉卵	がんもの煮物	納豆	青菜とチキンの中華和え
	キャベツのゆかり和え	ほうれん草のサラダ	オクラのお浸し	小松菜の信田煮	春菊のごま和え	青梗菜の煮浸し	いんげんのピーナッツ和え
	ふりかけ	ジャム			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	439Kcal	474Kcal	434Kcal	460Kcal	438Kcal	447Kcal	455Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯		御飯	御飯
	味噌汁(揚げ、かぶ葉)	すまし汁	すまし汁	コンソメスープ		味噌汁(えのき、豆苗)	味噌汁(もやし、麩)
	漬物	昆布佃煮	パイン缶	黄桃缶	マンゴー缶	バナナ	漬物
	A豚肉のしぐれ煮	A赤魚の照り焼き	A松風焼き	Aハヤシライス	Aとろろそば	Aほっけの塩焼き	A豚肉のポン酢炒め
	B白身魚のピザ焼き	B豚肉の塩麴炒め	Bほきの七味焼き	Bシイラの柚庵焼き	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
	あさりと青梗菜の炒め物	ジャーマンポテト	ベーコンともやしの炒め物	はんぺんフライ	さつま芋のレモン煮	ごぼうの甘辛煮	茄子の含め煮
	なすの和風サラダ	ぬた	うまい菜のナムル	野菜サラダ	キャベツの磯和え	春雨サラダ	白菜サラダ
	Aエネルギー	520Kcal	486Kcal	536Kcal	636Kcal	560Kcal	558Kcal
Bエネルギー	510Kcal	533Kcal	465Kcal	572Kcal	568Kcal	616Kcal	522Kcal
おやつ	アイスクリーム・牛乳	炭酸饅頭・牛乳	杏仁ムース・牛乳	マスカットゼリー・牛乳	あんパン・牛乳	いちごゼリー・ジョア	ドームケーキ・牛乳
おやつエネルギー	213Kcal	128Kcal	113Kcal	110Kcal	196Kcal	122Kcal	167Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(かぶ、豆苗)	味噌汁(しめじ、みつば)	味噌汁(ほうれん草、麩)	味噌汁(じゃが芋、若布)	すまし汁	味噌汁(冬瓜、小松菜)	すまし汁
	豆腐の中華うま煮	揚げ鶏のタルタルソース	ぶり大根	たらちり	さばの煮付け	かに入り卵焼き和風あんかけ	白身魚の味噌焼き
	れんこん炒め	冬瓜のコンソメ煮	パンプキンサラダ	青梗菜バター炒め	ブロッコリーのソテー	ひじきの煮物	大根の煮物
	カクテル缶	りんご缶	漬物	漬物	煮豆	漬物	オレンジ
エネルギー	477Kcal	574Kcal	540Kcal	399Kcal	489Kcal	457Kcal	493Kcal

*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。