



所沢かがやきの里

週間予定献立表



日付	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	11月1日	11月2日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	食パン	御飯	麦御飯	ゆかり和え	御飯
	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)	味噌汁(豆腐、若布)	味噌汁(えのき、貝割れ)	味噌汁(若布、しろな)
	ちくわの卵とじ	冬瓜とつみれの煮物	ベーコンソテー	ミートボール	さつま揚げの炒め	高野豆腐の煮物	納豆
	なすの昆布つゆ和え	カリフラワーのドレ和え	二色和え	ブロッコリーかにかまちらし	さつぱり和え	もやしのゆず和え	里芋の煮物
	ふりかけ	うめびしお	ジャム	のり佃煮	ふりかけ		
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	460Kcal	445Kcal	434Kcal	474Kcal	414Kcal	410Kcal	460Kcal
昼		御飯	御飯	御飯	<ハロウィン献立>	御飯	御飯
		味噌汁(若布、大根)	中華スープ	味噌汁(白菜、貝割れ)	キャロットピラフ	味噌汁(きゃべつ、ねぎ)	味噌汁(白菜、さや)
	りんご缶	漬物	洋梨缶	漬物	パンプキンスープ	カクテル缶	マンゴー缶
	A味噌ラーメン	Aぶりのみりん焼き	A麻婆茄子	Aさばの塩焼	南瓜コロッケ	Aあじの生姜漬け 焼き	A焼肉
	Bますのクリーム ソースかけ	B豚肉と厚揚げの 旨煮	B和風卵焼き	B豚肉ソテー	サラダ	B肉団子の酢豚	Bほきの照り焼き
	焼売	れんこんの塩麴炒め	かぶの白煮	マカロニソテー		五目煮	冬瓜の旨煮
Aエネルギー	うまい菜のごま和え	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		青梗菜のおかか和え	ブロッコリーのサラダ
	569Kcal	520Kcal	545Kcal	476Kcal	671Kcal	474Kcal	522Kcal
Bエネルギー	612Kcal	492Kcal	462Kcal	517Kcal		539Kcal	474Kcal
おやつ	レアチーズムース・牛乳	ライチゼリー・牛乳	吹雪饅頭・ジョア	いちごスペシャル・牛乳	紫ようかん・牛乳	今川焼き・牛乳	青リンゴゼリー・牛乳
おやつエネルギー	115Kcal	111Kcal	177Kcal	188Kcal	150Kcal	168Kcal	110Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(もやし、オクラ)	味噌汁(小松菜、白ねぎ)	味噌汁(えのき、かぶの葉)	すまし汁	味噌汁(卵、大根葉)	ワンタンスープ	すまし汁
	さわらの野菜あんかけ	豆腐ハンバーグ	赤魚の山椒焼き	鶏肉の南部焼き	しいらの煮つけ	千草焼き	かれいの大葉みそ焼き
	アスパラサラダ	白菜のツナ和え	豆腐チャンプル	里芋の味噌煮	えびとカリフラワー炒め	春雨と野菜のチャプチェ	ごぼうのごま油炒め
	漬物	黄桃缶	漬物	バナナ	パイン缶	浅漬け	漬物
エネルギー	413Kcal	511Kcal	437Kcal	468Kcal	415Kcal	513Kcal	487Kcal

*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。