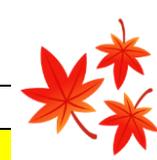




# 所沢かがやきの里

# 週間予定献立表



日付	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	パン	御飯	麦ごはん	御飯	中華粥	御飯	御飯
	コーンスープ	味噌汁(ナス、貝割れ)	味噌汁(玉葱、えのき)	味噌汁(もやし、ねぎ)	味噌汁(里芋、さや)	味噌汁(小松菜、白ねぎ)	味噌汁(豆腐、豆苗)
	野菜炒め	チキンの卵とじ	冬瓜と車麩の煮物	はんぺんの煮物	青菜炒め	焼き豆腐の煮物	オムレツ
	うまい菜のドレ和え	春菊のお浸し	ほうれん草の磯和え	白菜の塩昆布和え	しらすおろし	きゃべつのおかか和え	オクラのなめたけ和え
	ジャム	うめびしお	ふりかけ	たいみそ		ふりかけ	のり佃煮
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	478Kcal	480Kcal	432Kcal	413Kcal	383Kcal	403Kcal	443Kcal
昼	御飯		御飯	御飯	御飯	五目御飯	御飯
	コンソメスープ		味噌汁(大根、豆苗)	コンソメスープ	コンソメスープ	すまし汁	味噌汁(青菜、若布)
	佃煮	パイン缶	カクテル缶	漬物	フルーツヨーグルト	みかん缶	バナナ
	A白身魚のムニエル	A豆腐ステーキ・御飯・すまし汁	A豚丼	A鶏肉のトマト	Aシーフードカレー	A豚肉の南部焼き	Aさばの粕漬け焼き
	Bチキンカツ	B和風パスタ	B中華風卵焼き	Bほきのチーズ焼き	B青梗菜と豚こま炒め	Bさわらの中華あんかけ	B肉じゃが
	ハムともやしの炒め	大根炒め	なすの信田煮	ちくわといんげん炒め	コロッケ	南瓜の甘煮	切干大根の炒め煮
	いんげんのごま和え	キャベツの酢味噌和え	青梗菜のナムル	マカロニサラダ	野菜サラダ	もやしのわさび和え	カリフラワーの甘酢漬け
Aエネルギー	530Kcal	580Kcal	568Kcal	507Kcal	608Kcal	557Kcal	583Kcal
Bエネルギー	600Kcal	522Kcal	535Kcal	506Kcal	561Kcal	572Kcal	576Kcal
おやつ	抹茶ムース・ジョア	パンケーキ・牛乳	桃ゼリー・牛乳	チョコドームケーキ・牛乳	メロンゼリー・牛乳	あんぱん・牛乳	クレープ・牛乳
おやつエネルギー	120Kcal	125Kcal	110Kcal	167Kcal	111Kcal	196Kcal	147Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(玉葱、揚げ)	味噌汁(じゃがいも、かぶ葉)	味噌汁(南瓜、大根葉)	味噌汁(畑菜、若布)	味噌汁(ナス、かぶ葉)	味噌汁(かぶ、貝割れ)	味噌汁(白菜、麩)
	豚肉のケチャップ炒め	めばるのねぎ焼き	白身魚の香り蒸し	ますのちゃんちゃん焼き	親子煮	赤魚の照り煮	鶏肉の生姜焼き
	つみれの煮物	大豆と昆布の煮物	蓮根のそぼろ炒め	湯豆腐	大根ときこの和え	春雨マヨサラダ	ほうれん草の中華和え
	オレンジ	漬物	漬物	黄桃缶	煮豆	漬物	漬物
エネルギー	510Kcal	465Kcal	506Kcal	478Kcal	509Kcal	440Kcal	446Kcal

\*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。