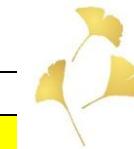




所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	麦ごはん	菜飯	パン	御飯	御飯
	味噌汁(玉葱、青梗菜)	味噌汁(ナス、みつば)	味噌汁(小松菜、揚げ)	味噌汁(さつま芋、葱)	パンプキンスープ	味噌汁(みつば、わかめ)	味噌汁(玉葱、麸)
	ミートボール	かぶの中華煮	炒り卵	厚揚げの含め煮	トマトオムレツ	納豆	がんもの煮物
	大根の柚子風味和え	青梗菜のわさび和え	オクラの生姜和え	もやしのマヨ醤油和え	イタリアンサラダ	小松菜とはんぺんの炒め煮	青梗菜のお浸し
	のり佃煮	うめびしお	ふりかけ		ジャム		
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	445Kcal	411Kcal	498Kcal	493Kcal	500Kcal	447Kcal	445Kcal
昼	御飯	御飯		御飯	御飯	御飯	御飯
	赤だし	のっ佩汁		味噌汁(椎茸、みつば)	味噌汁(しろな、麸)	味噌汁(もやし、大根葉)	味噌汁(えのき、豆苗)
	バナナ	カクテル缶	マンゴー缶	漬物	漬物	洋梨缶	うずら豆
	A肉豆腐	Aますの塩焼	Aチキンソテー・御飯・すまし汁	Aしいらの和風ムニエル	A豚肉の塩麹焼き	Aソースカツ丼	A白身魚のパン粉焼き
	Bシーフード卵焼き	B豚肉ともやしの炒め物	B海鮮ちゃんぽん	Bサラダロールフレイ	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
	じゃが芋の金平	白菜の煮物	かにしゅうまい	冬瓜と竹輪の煮物	南瓜の煮物	かぶと油揚げの含め煮	ごぼうの炒り煮
エネルギー	572Kcal	541Kcal	590Kcal	464Kcal	537Kcal	563Kcal	571Kcal
日エネルギー	552Kcal	578Kcal	460Kcal	576Kcal	477Kcal	537Kcal	580Kcal
おやつ	ぽたぽた焼き・牛乳	スイスロール・牛乳	ライチゼリー・牛乳	黒糖饅頭・牛乳	抹茶ゼリー・牛乳	クッキー・ジョア	バームクーヘン・牛乳
おやつエネルギー	114Kcal	175Kcal	111Kcal	153Kcal	122Kcal	125Kcal	137Kcal
夕	御飯	野菜ピラフ	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(冬瓜、貝割れ)	コンソメスープ	味噌汁(えのき、豆苗)	中華スープ	すまし汁	味噌汁(卵、貝割れ)	中華スープ
	銀ひらすの照り焼き	グリルチキン	お魚ハンバーグ	鶏肉の葱塩炒め	めばるの生姜煮	ほきの梅肉焼き	麻婆豆腐
	五目煮	キャベツのレモンサラダ	ベーコンとほうれん草の炒め物	和風サラダ	なすのしげ焼き	コンソメ煮	うまい菜の中華和え
	漬物		漬物	りんご	黄桃缶	浅漬け	オレンジ
エネルギー	462Kcal	404Kcal	448Kcal	413Kcal	465Kcal	448Kcal	483Kcal

*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。