

所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	11月24日	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	麦ごはん	帆立雑炊	御飯	パン	御飯
	味噌汁(若布、冬瓜)	味噌汁(しめじ、さや)	味噌汁(うまい菜、麩)	味噌汁(もやし、豆苗)	味噌汁(えのき、水菜)	クリームスープ	味噌汁(豆腐、なめこ)
	いわし蒲焼	はんぺんの煮物	高野豆腐の煮物	鶏つみれの煮物	厚焼き卵	魚肉ソーセージとピーマン炒め	里芋と角天の含め煮
	オクラのなめたけ和え	ブロッコリーのごま和え	長芋とろろ	春菊の辛子和え	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
	ふりかけ	たいみそ			ふりかけ	ジャム	のり佃煮
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	481Kcal	460Kcal	436Kcal	399Kcal	474Kcal	474Kcal	446Kcal
昼	☆秋の実り御膳☆	御飯	御飯	御飯	御飯		御飯
	栗おこわ	味噌汁(玉葱、貝割れ)	味噌汁(南瓜、葱)	コンソメスープ	味噌汁(揚げ、かぶ葉)		すまし汁
	柿	黄桃缶	漬物	バナナ	漬物	みかん缶	パン缶
	筑前煮	A赤魚の塩焼	Aさばの照り焼き	Aハヤシライス	A豚肉のしぐれ煮	Aきつねうどん	A松風焼き
	春菊と菊のおひたし	B豚バラ大根	Bチキンピカタ	Bますの柚庵焼き	B白身魚のピザ焼き風	B豚肉の生姜炒め・御飯・すまし汁	Bほきの七味焼き
	すまし汁	ほうれん草の煮浸し	カリフラワーソテー	ビーフン炒め	あさりと青梗菜の炒め物	ちくわの磯辺揚げ	ベーコンともやしの炒め物
		もやしの和え物	キャベツとチーズサラダ	野菜サラダ	きのこのおろし和え	なすのごま醤油和え	うまい菜の和え物
Aエネルギー	498Kcal	457Kcal	488Kcal	605Kcal	463Kcal	463Kcal	536Kcal
Bエネルギー		542Kcal	482Kcal	541Kcal	453Kcal	615Kcal	465Kcal
おやつ	もみじ饅頭・牛乳	レアチーズムース・牛乳	クリームパン・ジョア	コーヒーゼリー・牛乳	クレープ・牛乳	吹雪饅頭・牛乳	マスカットゼリー・牛乳
おやつエネルギー	170Kcal	115Kcal	179Kcal	122Kcal	147Kcal	165Kcal	110Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(キャベツ、人参)	味噌汁(小松菜、舞茸)	コンソメスープ	すまし汁	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)
	千草焼き	油林鶏	豚肉のトマトソースかけ	かれいの焼き浸し	豆腐の中華うま煮	鶏肉のカレー風味焼き	ぶり大根
	さっぱり春雨サラダ	かぶの土佐煮	なすの含め煮	青菜炒め	蓮根炒め	冬瓜のコンソメ煮	パンプキンサラダ
	漬物	漬物	カクテル缶	漬物	りんご	佃煮	漬物
エネルギー	489Kcal	497Kcal	546Kcal	411Kcal	470Kcal	450Kcal	540Kcal

*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。