



# 所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	12月8日	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日	12月13日	12月14日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	御飯	御飯	麦御飯	パン	さつま芋粥
	味噌汁(キャベツ、麩)	味噌汁(畑菜、えのき)	味噌汁(もやし、ねぎ)	味噌汁(オクラ、若布)	味噌汁(小松菜、舞茸)	パンプキンスープ	味噌汁(麩、かぶ)
	ウインナー炒め	納豆	いわしの蒲焼	炒り卵	つみれの煮物	はんぺんバター焼き	さつま揚げの甘辛煮
	イタリアンサラダ	冬瓜のそぼろ炒め	大根の柚子風味和え	フレンチサラダ	白菜のゆかり和え	ブロッコリーの柚子和え	なすのお浸し
	うめびしお		たいみそ	ふりかけ	のり佃煮	ジャム	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	448Kcal	455Kcal	496Kcal	439Kcal	431Kcal	478Kcal	427Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯		御飯	御飯
	味噌汁(白菜、麩)	中華スープ	味噌汁(キャベツ、豆苗)	味噌汁(じゃが芋、ほうれん草)		すまし汁	コンソメスープ
	マンゴー缶	漬物	佃煮	みかん	バナナ	黄桃缶	洋梨缶
	A鶏肉のごま炒め	A麻婆豆腐	A豚肉の葱塩炒め	A鶏肉のごま醤油焼き	Aけんちんうどん	A赤魚の照り焼き	Aミートローフ
	Bツナ野菜の卵焼き	Bさわらの梅肉焼き	B鮭丼	Bフライ盛り合わせ	B鯿の山椒焼き・御飯・味噌汁	B豚肉のきのこソースかけ	B白身魚のカレー風味焼き
	がんもの含め煮	いんげんの煮浸し	さつま芋の煮物	切干大根の炒り煮	えびしゅうまい	ジャーマンポテト	マカロニサラダ
Aエネルギー	482Kcal	540Kcal	510Kcal	530Kcal	731Kcal	512Kcal	571Kcal
Bエネルギー	513Kcal	488Kcal	416Kcal	649Kcal	511Kcal	558Kcal	472Kcal
おやつ	桃ゼリー・牛乳	チョコパン・牛乳	和のパンケーキ・牛乳	ソフトサラダ・牛乳	杏仁ムース・ジョア	パインゼリー・牛乳	酒饅頭・牛乳
おやつエネルギー	110Kcal	172Kcal	124Kcal	133Kcal	129Kcal	110Kcal	139Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(玉葱、若布)	コンソメスープ	すまし汁	味噌汁(さや、揚げ)	味噌汁(かぶ、玉葱)	ワンタンスープ	味噌汁(冬瓜、豆苗)
	白身魚の揚げ煮	鶏肉のクリーム煮	さばの味噌煮	ぶりの塩麹焼き	厚揚げとえびの野菜炒め	かに玉風	かれいのおろし煮
	しろなのピーナッツ和え	ブロッコリーソテー	焼き豆腐と白菜煮	かぶの含め煮	ツナ和え	二色和え	金平ごぼう
	漬物	カクテル缶	パイン缶	漬物	漬物	ザーサイ	漬物
エネルギー	454Kcal	500Kcal	468Kcal	449Kcal	407Kcal	497Kcal	422Kcal

\*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。