



所沢かがやきの里 週間予定献立表

日付	12月1日	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日	12月6日	12月7日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	菜粥	御飯	麦ごはん	パン	御飯	御飯
	味噌汁(小松菜、えのき)	味噌汁(さつま芋、豆苗)	味噌汁(椎茸、畑菜)	味噌汁(うまい菜、人参)	コンソメスープ	味噌汁(大根、ねぎ)	味噌汁(もやし、揚げ)
	かぶの煮つけ	厚揚げの含め煮	魚河岸揚げ含め煮	ピーマンとちくわの炒め物	野菜ソテー	ミートボールオニオンソース	卵とじ
	白菜のお浸し	おくらのおかか和え	カリフラワーサラダ	とろろいも	ポパイサラダ	中華和え	キャベツの香味和え
	たいみそ		ふりかけ		メイプルジャム	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	402Kcal	403Kcal	478Kcal	427Kcal	419Kcal	482Kcal	489Kcal
昼	御飯		御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(豆腐、若布)	味噌汁(玉葱、しめじ)	味噌汁(じゃが芋、大根葉)	すまし汁	味噌汁(葱、卵)	味噌汁(麸、小松菜)	味噌汁(冬瓜、貝割れ)
	黄桃缶	洋梨缶	漬物	漬物	マンゴー缶	煮豆	バナナ
	Aチキンカツ	Aますの塩麹焼き・ 御飯	A五目卵焼き あん かけ	Aあじの味噌焼き	Aタンドリーチキン	A豚肉のにんにく 醤油炒め	Aぶりの漬け焼き
	B白身魚のチーズ 焼き	Bやきそば	Bめばるの照り焼 き	B中華五目旨煮	Bたらのムニエル	Bさばの塩焼	B鶏肉の甘煮
	五目大豆煮	なすの煮物	冬瓜の旨煮	ひじきの煮物	じゃが芋の煮物	れんこん煮	青菜炒め
Aエネルギー	557Kcal	512Kcal	475Kcal	438Kcal	486Kcal	534Kcal	518Kcal
Bエネルギー	606Kcal	558Kcal	416Kcal	473Kcal	501Kcal	516Kcal	472Kcal
おやつ	いちごスペシャル・牛乳	カスタードケーキ・ジョア	ロアンヌ・牛乳	葡萄ゼリー・牛乳	吹雪饅頭・牛乳	ドームケーキ・牛乳	きなこムース・牛乳
おやつエネルギー	188Kcal	197Kcal	137Kcal	110Kcal	165Kcal	167Kcal	127Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	高菜チャーハン	御飯
	つみれ汁	味噌汁(卵、貝割れ)	すまし汁	味噌汁(里芋、にら)	味噌汁(玉葱、オクラ)	スープ	味噌汁(かぶ、大根葉)
	さわらの生姜煮	照り焼きハンバーグ	あぶらかれいの香味焼き	豚の角煮	焼きかれいのきのこあんかけ	餃子野菜あんかけ	肉豆腐
	春雨ソテー	梅肉和え	ごぼう煮	じゃこ炒め	畑菜のからし和え		南瓜の甘煮
漬物	佃煮	オレンジ	りんご	漬物	パイン缶	漬物	
エネルギー	441Kcal	475Kcal	430Kcal	599Kcal	384Kcal	439Kcal	485Kcal

*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。