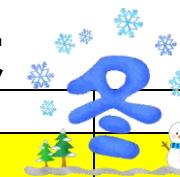




所沢かがやきの里

週間予定献立表



日付	12月15日	12月16日	12月17日	12月18日	12月19日	12月20日	冬	12月21日
曜日	月	火	水	木	金	土		日
朝	御飯	御飯	麦御飯	御飯	パン	うめしらす粥	御飯	
	味噌汁(じゃが芋、大根葉)	味噌汁(冬瓜、かぶ葉)	味噌汁(しめじ、白菜)	味噌汁(里芋、揚げ)	コンソメスープ	味噌汁(畑菜、麩)	味噌汁(さつま芋、貝割れ)	
	絹揚げのねぎあんかけ	いわしの蒲焼	ミートボール	野菜ソテー	オムレツ	つみれの含め煮	温泉卵	
	ほうれん草のサラダ	白菜とかにかま和え	春菊の磯和え	しろなのごま醤油和え	人参サラダ	オクラのなめたけ和え	冬瓜のつや煮	
	のり佃煮	ふりかけ	たいみそ	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	449Kcal	442Kcal	449Kcal	431Kcal	421Kcal	405Kcal	432Kcal	
昼	御飯	御飯	御飯		御飯	御飯	御飯	
	味噌汁(豆腐、なめこ)	コンソメスープ	味噌汁(さつま芋、貝割れ)		味噌汁(若布、豆苗)	中華スープ	味噌汁(もやし、人参)	
	バナナ	みかん缶	洋梨缶	カクテル缶	黄桃缶	漬物	漬物	
	A鶏肉のピザ焼き 風	Aポークカレー	Aあじの照り焼き	A鶏南蛮そば	Aさばの香味焼き	A八宝菜	Aかれいの煮つけ	
	Bめだいの照り焼き	Bほきのソテー玉 葱ソースかけ	B麻婆茄子	B豆腐の海鮮野菜あ んかけ・御飯・味噌汁	Bロールキャベツ 和風煮	Bますのタルタル 焼き	B鶏肉の竜田揚げ	
	五目野菜炒め	かにクリームコロッケ	炒り豆腐	蓮根炒め	青梗菜の炒め物	大根の煮物	豆腐チャンプル	
エネルギー	541Kcal	718Kcal	515Kcal	739Kcal	494Kcal	469Kcal	418Kcal	
日エネルギー	520Kcal	613Kcal	651Kcal	578Kcal	419Kcal	529Kcal	518Kcal	
おやつ	プリン・牛乳	抹茶ゼリー・牛乳	ぽたぽた焼き・牛乳	黒糖饅頭・牛乳	メロンゼリー・牛乳	スイスロール・ジョア	どら焼き・牛乳	
おやつエネルギー	123Kcal	122Kcal	114Kcal	153Kcal	111Kcal	187Kcal	162Kcal	
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	
	味噌汁(さや、若布)	中華スープ	すまし汁	味噌汁(とろろ昆布、葱)	味噌汁(豆腐、三つ葉)	すまし汁	味噌汁(大根、揚げ)	
	おでん	エビ玉あんかけ	豚肉の柚子醤油炒め	たらのマヨ焼き	豚肉の生姜焼き	赤魚のみりん焼き	ポークチャップ	
	小松菜のバター炒め	畠菜のおかか和え	マカロニサラダ	焼きビーフン	さつま芋のレモン煮	なすの味噌炒め	白菜と胡瓜の胡麻酢和え	
漬物	佃煮	胡瓜と沢庵の炒め物	漬物	漬物	漬物	りんご	パイン缶	
エネルギー	420Kcal	409Kcal	548Kcal	482Kcal	503Kcal	489Kcal	499Kcal	

*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。