

所沢かがやきの里 週間予定献立表



2月 2月1日

| 日付 | 1月26日 | 1月27日 | 1月28日 | 1月29日 | 1月30日 | 1月31日 | 2月 2月1日 |
|----------|-----------------|---|--------------|------------|---------------|-----------------|---------------|
| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
| 朝 | 御飯 | 麦ごはん | パン | さつま芋粥 | 御飯 | 御飯 | 御飯 |
| | 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) | 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) |
| | 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 | 絹揚げのねぎあんかけ | いわしの蒲焼 | ミートボール |
| | フレンチサラダ | 白菜のゆかり和え | 柚子和え | なすのお浸し | ほうれん草のサラダ | 白菜のお浸し | いんげんピーナッツ和え |
| | ふりかけ | のり佃煮 | ジャム | | うめびしお | ふりかけ | たいみそ |
| | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 |
| エネルギー | 443Kcal | 431Kcal | 487Kcal | 448Kcal | 458Kcal | 441Kcal | 465Kcal |
| 昼 | 御飯 |  | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 御飯 |
| | 味噌汁(じゃが芋、ほうれん草) | | すまし汁 | コンソメスープ | 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) |
| | 黄桃缶 | 洋梨缶 | 漬物 | マンゴー缶 | バナナ | みかん缶 | 洋梨缶 |
| | 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 | A鶏肉のピザ焼き風 | Aチキンカレー | Aあじの照り焼き |
| | Bフライ盛り合わせ | Bさばの山椒焼き | B豚肉のきのこソースかけ | B白身魚のピカタ | Bメダイの照り焼き | Bえび玉あんかけ | B麻婆茄子 |
| | 切干大根の炒り煮 | 肉しゅうまい | ジャーマンポテト | マカロニソテー | 五目野菜炒め | メンチカツ | 炒り豆腐 |
| | なす生姜和え | しろなの錦糸和え | ほうれん草和え | フレッシュサラダ | ブロッコリーサラダ | コールスローサラダ | 春菊の磯和え |
| Aエネルギー | 553Kcal | 571Kcal | 483Kcal | 571Kcal | 544Kcal | 657Kcal | 468Kcal |
| Bエネルギー | 674Kcal | 611Kcal | 542Kcal | 502Kcal | 525Kcal | 582Kcal | 622Kcal |
| おやつ | パンケーキ・牛乳 | 杏仁ムース・ジョア | パインゼリー・牛乳 | 酒饅頭・牛乳 | スイスロール・牛乳 | 抹茶ゼリー・牛乳 | ぼたぼた焼き・牛乳 |
| おやつエネルギー | 124Kcal | 130Kcal | 110Kcal | 139Kcal | 175Kcal | 122Kcal | 114Kcal |
| 夕 | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 菜飯 | 御飯 | 御飯 |
| | 味噌汁(さや、揚げ) | ワンタンスープ | 味噌汁(白菜、かぶ葉) | 味噌汁(冬瓜、豆苗) | 味噌汁(さや、若布) | 味噌汁(ほうれん草、人参) | すまし汁 |
| | ぶりの塩麴焼き | 厚揚げのえびの野菜炒め | 親子煮 | かれいのおろし煮 | おでん | ホキのソテーオニオンソースかけ | 豚肉のゆず醤油炒め |
| | かぶの含め煮 | ツナ和え | 二色和え | 金平ごぼう | 小松菜バター炒め | おかか和え | マカロニサラダ |
| | 漬物 | 漬物 | カクテル缶 | 漬物 | 佃煮 | 漬物 | りんご |
| エネルギー | 450Kcal | 478Kcal | 481Kcal | 429Kcal | 437Kcal | 436Kcal | 562Kcal |

*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。