



所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	3月23日	3月24日	3月25日	3月26日	3月27日	3月28日	3月29日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	麦ごはん	御飯	御飯	御飯	パン	御飯	かに雑炊
	味噌汁(うまい菜、しめじ)	味噌汁(大根、ねぎ)	味噌汁(大根葉、若芽)	味噌汁(畑菜、えのき)	コンソメスープ	味噌汁(豆腐、しめじ)	味噌汁(なす、豆苗)
	豆腐チャンプル	厚揚げの含め煮	かぶの煮物	納豆	ウインナーソテー	いわしのかば焼き	里芋の生姜煮
	白菜のなめたけ和え	菜の花のお浸し	ほうれん草の和え物	冬瓜の煮物	もやしサラダ	チキンと春菊の和え物	青梗菜の和え物
	ふりかけ	梅干し	のり佃煮		ジャム	たいみそ	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	431Kcal	426Kcal	414Kcal	436Kcal	417Kcal	489Kcal	369Kcal
昼		御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
		味噌汁(舞茸、かぶ葉)	味噌汁(卵、みつば)	味噌汁(豆腐、豆苗)	中華スープ	すまし汁	味噌汁(しろな、麩)
	パン缶	漬物	漬物	りんご缶	漬物	煮豆	バナナ
	A卵とじうどん	A豚肉の粕漬け焼き	Aかれいの和風ムニエル	A牛丼	Aさわらの中華煮	A豚肉と厚揚げの味噌炒め	Aフライ盛り合わせ
	Bますの野菜蒸し・御飯・すまし汁	Bまぐろかつ	B豚肉の甘辛炒め	Bほきの葱塩ソテー	B鶏肉のチーズ焼き	Bさばの塩焼き	Bポークソテー
	大根きんぴら	里芋の信田煮	なすのごま煮	じゃが芋炒め	れんこん炒め	大根のくず煮	かぶのポトフ
	ブロッコリーの和え物	マカロニサラダ	カリフラワーの中華和え	白菜のかにかま和え	しろなのごま和え	カリフラワーのゆかり和え	グリーンサラダ
Aエネルギー	532Kcal	604Kcal	590Kcal	550Kcal	472Kcal	517Kcal	558Kcal
Bエネルギー	474Kcal	608Kcal	581Kcal	493Kcal	484Kcal	496Kcal	566Kcal
おやつ	抹茶ムース・牛乳	ドームケーキ・牛乳	バームクーヘン・牛乳	クレープ・牛乳	ライチゼリー・牛乳	スイスロール・牛乳	ブドウゼリー・牛乳
おやつエネルギー	121Kcal	168Kcal	137Kcal	147Kcal	123Kcal	175Kcal	110Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	チャーハン	御飯
	味噌汁(じゃが芋、オクラ)	味噌汁(玉葱、貝割れ)	コンソメスープ	味噌汁(キャベツ、麩)	味噌汁(じゃが芋、かぶの葉)	中華スープ	味噌汁(舞茸、葱)
	銀ひらすのバター焼き	あじの生姜焼き	鶏肉のカレー風味焼き	和風卵焼き	ミートローフ	餃子(野菜あんかけ)	鶏肉のガーリックバター醤油焼き
	キャベツソテー	ふき炒め	春雨サラダ	青梗菜の煮浸し	ほうれん草のサラダ		きんぴらごぼう
	漬物	白桃缶	オレンジ	浅つけ	カクテル缶	マンゴー缶	漬物
エネルギー	455Kcal	432Kcal	451Kcal	441Kcal	542Kcal	458Kcal	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。