

# 所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	4月20日	4月21日	4月22日	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	しらす粥	麦御飯	パン	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(もやし、豆苗)	味噌汁(玉葱、貝割れ)	味噌汁(大根、揚げ)	コンソメスープ	味噌汁(白ねぎ、若布)	味噌汁(もやし、豆苗)	味噌汁(なす、えのき)
	納豆	ちくわの炒り煮	野菜炒め	ミートボール	和風ポトフ	麩の卵とじ	厚揚げの治部煮
	なすの醤油煮	かぶの甘酢漬け	畑菜のおかか和え	菜の花のお浸し	ほうれん草の錦糸和え	春菊のドレ和え	青梗菜の生姜和え
			ふりかけ	ジャム	ふりかけ	たいみそ	のり佃煮
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	490Kcal	393Kcal	408Kcal	452Kcal	446Kcal	479Kcal	448Kcal
昼		御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
		味噌汁(うまい菜、白ねぎ)	味噌汁(キャベツ、麩)	すまし汁	味噌汁(舞茸、貝割れ)	味噌汁(小松菜、揚げ)	味噌汁(若布、かぶ)
	黄桃缶	昆布佃煮	マンゴー缶	フルーツカクテル	煮豆	漬物	バナナ
	Aきつねそば	A鶏肉の童田揚げ	Aかれいの焼き浸し	Aさわらの味噌田楽	A銀ひらすの柚庵焼き	A煮込みハンバーグ	Aさばのみりん焼き
	Bポークソテー・御飯・味噌汁	Bますのパン粉焼き	B鶏肉のピザ焼き	B豚肉のしぐれ煮	B肉じゃが	B赤魚の塩焼き	Bチキンカツ
	ごぼうの炒め煮	じゃが芋の煮物	炒り豆腐	小松菜の中華炒め	マカロニソテー	五目煮	里芋の含め煮
	ほうれん草の磯和え	白菜と若布のドレ和え	さつま芋サラダ	温泉卵	中華和え	ポテトサラダ	いんげんのピーナッツ和え
Aエネルギー	483Kcal	559Kcal	642Kcal	525Kcal	547Kcal	627Kcal	538Kcal
Bエネルギー	557Kcal	545Kcal	640Kcal	620Kcal	645Kcal	512Kcal	584Kcal
おやつ	スイスロール・牛乳	ソフトサラダ・牛乳	味噌饅頭・牛乳	抹茶ゼリー・牛乳	いちごムース・牛乳	コーヒゼリー・牛乳	チョコパン・牛乳
おやつエネルギー	179Kcal	133Kcal	124Kcal	129Kcal	130Kcal	122Kcal	166Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	中華スープ	味噌汁(小松菜、しめじ)	味噌汁(なす、みつば)	味噌汁(南瓜、大根葉)	味噌汁(青梗菜、豆腐)	味噌汁(玉葱、かぶ葉)	味噌汁(ほうれん草、麩)
	えび玉風	たらのごまだれかけ	豚肉の玉葱ソース	鶏肉の照り焼き	ハムカツ	めばるの照り焼き	豚肉ともやし炒め
	オクラくるみ和え	カリフラワーのソテー	冬瓜のかにあんかけ	ブロッコリーソテー	胡瓜の梅肉和え	大根炒め	白菜のお浸し
	漬物	パイン缶	漬物	漬物	りんご缶	オレンジ	漬物
エネルギー	437Kcal	447Kcal	483Kcal	414Kcal	522Kcal	443Kcal	411Kcal

\*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。