

所沢かがやきの里 週間予定献立



日付	5月11日	5月12日	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日	5月17日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	パン	御飯	かに雑炊	御飯	麦御飯	御飯
	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)	味噌汁(うまい菜、玉葱)	味噌汁(冬瓜、貝割れ)	味噌汁(キャベツ、いんげん)
	納豆	ウインナーソテー	いわしのかば焼き	里芋の生姜煮	はんぺんの卵とじ	白菜の煮物	さつま揚げの炒め物
	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	ブロッコリー和え	オクラ和え	大根の和風和え
		ジャム	たいみそ		のり佃煮	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	434Kcal	417Kcal	505Kcal	369Kcal	483Kcal	393Kcal	420Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	豆ごはん
	味噌汁(豆腐、豆苗)	中華スープ	すまし汁	味噌汁(しろな、麩)	味噌汁(大根、みつば)	コンソメスープ	すまし汁
	りんご缶	漬物	煮豆	バナナ	洋ナシ缶	漬物	フルーツカクテル
	A豚丼	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	A赤魚のみりん漬け	A白身魚のピカタ	A鶏肉のピリ辛焼き
	Bほきの葱塩ソース	B鶏肉のチーズ焼き	Bさばの塩麹焼き	Bポークソテー	B鶏南蛮うどん	B豚肉のトマトソースかけ	Bさわらの塩焼き
	じゃが芋炒め	レンコン炒め	大根のくず煮	かぶのポトフ	もやしの炒め煮	ベーコンとカリフラワーソテー	豆腐の味噌田楽
	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	パンプキンサラダ	菜の花のごま風味	ほうれん草の山吹和え
	Aエネルギー	569Kcal	465Kcal	510Kcal	563Kcal		518Kcal
Bエネルギー	495Kcal	454Kcal	499Kcal	571Kcal	523Kcal	568Kcal	492Kcal
おやつ	クレープ・牛乳	ライチゼリー・ジョア	スイスロール・牛乳	ブドウゼリー・牛乳	今川焼き・牛乳	チョコ饅頭・牛乳	きなこムース・牛乳
おやつエネルギー	147Kcal	123Kcal	175Kcal	110Kcal	168Kcal	139Kcal	127Kcal
夕	御飯	御飯	チャーハン	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(きゃべつ、麩)	味噌汁(じゃが芋、かぶの葉)	中華スープ	味噌汁(舞茸、葱)	味噌汁(豆腐、かぶの葉)	味噌汁(畑菜、揚げ)	味噌汁(里芋、若布)
	和風卵焼き	ミートローフ	餃子	鶏肉のガーリックバター焼き	豚肉のオイスターソース炒め	和風ハンバーグ	ますの照り焼き
	青梗菜の煮浸し	ほうれん草のサラダ		きんぴらごぼう	キャベツの信田煮	ビーフン炒め	南瓜のごま煮
	浅漬け	パイン缶	マンゴー缶	漬物	漬物	オレンジ	漬物
エネルギー	441Kcal	530Kcal	458Kcal	485Kcal	454Kcal	531Kcal	484Kcal

*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。