

所沢かがやきの里 週間予定献立表

日付	5月18日	5月19日	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日	5月24日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	菜粥	パン	御飯	麦ごはん	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(じゃが芋、白菜)	コンソメスープ	味噌汁(若布、舞茸)	味噌汁(青梗菜、しめじ)	味噌汁(冬瓜、麩)	味噌汁(しろな、揚げ)	味噌汁(かぶ、豆苗)
	高野豆腐の煮物	オムレツ	はんぺんチーズ焼き	野菜ソテー	温泉卵	つみれの煮物	炒り豆腐
	もやしの柚子和え	菜の花のイタリアン和え	春菊のなめたけ和え	とろろ	小松菜の煮浸し	キャベツの和え物	うまい菜の中華和え
		ピーナッツバター	ふりかけ			ふりかけ	のり佃煮
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	395Kcal	470Kcal	441Kcal	411Kcal	434Kcal	460Kcal	485Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(ほうれん草、長ネギ)	味噌汁(玉葱、麩)	コンソメスープ	味噌汁(さつまいも、大根葉)	味噌汁(ほうれん草、えのき)	コンソメスープ	すまし汁
	パイン缶	黄桃缶	漬物	漬物	漬物	黄桃缶	漬物
	Aかれいのおろし煮・御飯・味噌汁	A白身魚の香味焼き	Aポークチャップ	A鶏肉の粕漬け焼き	Aめばるの煮つけ	Aポークカレー	A鯰の香味焼き
	Bわかめそば	Bチンジャオロース	B鯰の中華ソース	B銀ひらすの和風ムニエル	B鶏の照り焼き	B白身魚の焼き浸し	B鶏肉の葱塩炒め
	春巻き	がんもの煮物	ふきの含め煮	筍の炒め物	ナス炒め	ミニコロッケ	根菜煮
	青梗菜のおかかマヨ和え	春雨サラダ	ポテトサラダ	もやしサラダ	白菜のナムル	野菜サラダ	菜の花の辛子和え
Aエネルギー	519Kcal	485Kcal	519Kcal	472Kcal	475Kcal	619Kcal	457Kcal
Bエネルギー	541Kcal	569Kcal	508Kcal	496Kcal	521Kcal	491Kcal	454Kcal
おやつ	バナナスペシャル・牛乳	バナナクレープ・牛乳	水ようかん・牛乳	炭酸饅頭・ジョア	ロアンヌ・牛乳	マスマツゼリー・牛乳	カスタードケーキ・牛乳
おやつエネルギー	185Kcal	147Kcal	120Kcal	140Kcal	137Kcal	110Kcal	185Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(豆腐、大根葉)	すまし汁	味噌汁(豆腐、小松菜)	味噌汁(白菜、貝割れ)	中華スープ	味噌汁(白ねぎ、オクラ)	味噌汁(舞茸、葱)
	肉野菜バターポン酢蒸し	鶏肉のごま味噌焼き	千草焼き	さばの竜田揚げ	麻婆豆腐	赤魚の漬け焼き	豚肉のにんにく醤油焼き
	しろなのチキン和え	さつま芋の煮物	大根のさっぱり和え	かぶの土佐煮	いんげんのくるみ和え	切干大根の炒め煮	もやしと胡瓜の和え物
	茶福豆	漬物	りんご缶	マンゴー缶	バナナ	漬物	オレンジ
エネルギー	478Kcal	493Kcal	505Kcal	593Kcal	524Kcal	424Kcal	470Kcal

*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。