



所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	6月1日	6月2日	6月3日	6月4日	6月5日	6月6日	6月7日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	麦御飯	パン	御飯	御飯	かに雑炊	御飯
	味噌汁(えのき、ねぎ)	味噌汁(玉ねぎ、和布)	コンソメスープ	味噌汁(青梗菜、まいたけ)	味噌汁(豆腐、ネギ)	味噌汁(小松菜、えのき)	味噌汁(揚げ、白菜)
	さつま揚げとピーマンの炒め	なすのそぼろ煮	オムレツ	いわしの蒲焼	ほうれん草と焼きちくわの煮物	厚揚げの煮物	ほたての卵とじ
	菜の花の磯和え	白菜のお浸し	うまいなの和風サラダ	大根のゆず和え	納豆	もやしのチキン和え	うまい菜のおかか和え
	たいみそ	梅びしお	ジャム	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	442Kcal	465Kcal	442Kcal	456Kcal	473Kcal	416Kcal	483Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯		御飯	御飯
	味噌汁(ジャガイモ、にら)	味噌汁(卵、大根葉)	味噌汁(ほうれん草、白ネギ)	味噌汁(さつま芋、小松菜)	味噌汁(玉ねぎ、しめじ)	味噌汁(里いも、若布)	すまし汁
	カクテル缶	オレンジ	マンゴー缶	パイン缶	黄桃缶	りんご缶	バナナ
	A豚肉のケチャップ煮	Aフライ盛り合わせ(鰯、イカリング)	Aたらのマスタード焼き	A豚肉のごまみそ炒め	Aめばるの梅肉焼き・御飯	A豚丼	A鶏肉のハニーマスタード焼き
	B銀ひらすのみりん漬け焼き	B鶏肉の生姜焼き	Bポークステーキ	Bさばの煮つけ	Bやきそば	Bかれいの竜田揚げ	Bますの田楽焼き
	冬瓜のくず煮	がんもの含め煮	豆腐チャンプル	ぜんまい煮	かぶのえびあんかけ	れんこんきんぴら	なすのドレ和え
Aエネルギー	520Kcal	619Kcal	544Kcal	507Kcal	442Kcal	527Kcal	542Kcal
Bエネルギー	451Kcal	519Kcal	626Kcal	485Kcal	470Kcal	518Kcal	542Kcal
おやつ	どら焼き・牛乳	マスカットゼリー・牛乳	黒糖饅頭・牛乳	ぼたぼた焼き・牛乳	抹茶ゼリー・ジョア	チョコクレープ・牛乳	いちごスペシャル・牛乳
おやつエネルギー	165Kcal	110Kcal	153Kcal	114Kcal	134Kcal	149Kcal	185Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	ゆかり御飯	御飯	御飯
	中華スープ	味噌汁(大根、かぶの葉)	味噌汁(畑菜、麩)	すまし汁	すまし汁	味噌汁(かぶ、大根葉)	味噌汁(ほうれん草、麩)
	白身魚のポン酢かけ	豚肉のネギ塩炒め	鶏肉と根菜の旨煮	赤魚の山椒焼き	和風卵焼き	ほきの塩麩焼き	さわらの照り煮
	ひじきの煮物	ごぼうとこんにやくの煮物	もやしの和え物	なすの煮物	かぼちゃの煮物	ビーフン炒め	青梗菜のバター炒め
	カリフラワーサラダ	アスパラサラダ	うずら豆	菜の花のサラダ	春菊のマヨ和え	漬物	冷奴
エネルギー	499Kcal	458Kcal	448Kcal	488Kcal	538Kcal	412Kcal	465Kcal

*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。