



# 所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	6月15日	6月16日	6月17日	6月18日	6月19日	6月20日	6月21日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	さつま芋粥	御飯	麦御飯	パン	御飯
	味噌汁(なす、若布)	味噌汁(小松菜、えのき)	味噌汁(玉ねぎ、揚げ)	味噌汁(畑菜、白菜)	味噌汁(玉ねぎ、椎茸)	コンソメスープ	味噌汁(青梗菜、若布)
	野菜の和風煮	かにかまの卵とじ	いわしの蒲焼	野菜炒め	ジャガイモのツナ炒め	ミートボールナポリタン	焼き豆腐の煮物
	しろなの和え物	カリフラワーのごま醤油和え	ちくわと白菜の和え物	温泉卵	納豆	ブロッコリーのマヨ和え	オクラのおかか和え
	のり佃煮	ふりかけ				ジャム	ふりかけ
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	420Kcal	478Kcal	470Kcal	481Kcal	522Kcal	484Kcal	409Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯		御飯
	中華スープ	味噌汁(白菜、麩)	中華スープ	味噌汁(なめこ、豆腐)	味噌汁(揚げ、大根葉)		中華スープ
	マンゴー缶	オレンジ	カクテル缶	パイン缶	洋ナシ缶	黄桃缶	バナナ
	A豚肉のパン粉焼き	Aぶりのみそ漬け焼き	A豆腐ステーキ	A豚肉のネギ塩ソース	A鶏肉の生姜焼き	Aさわらのおろし煮つけ・御飯・味噌汁	A揚げ鶏のレモンソースかけ
	B鱈の煮魚	B若鶏のマスタード焼き	Bポークチャップ	B赤魚の塩麩焼き	Bたらのおろし和風ムニエル	B野菜たんめん	Bかれの味噌焼き
	昆布の炒め煮	なすの翡翠煮	かにしゅうまい	里芋の煮っころがし	ほうれん草のお浸し	焼ききょうざ野菜あんかけ	えびともやしの炒め物
Aエネルギー	576Kcal	480Kcal	509Kcal	479Kcal	488Kcal	543Kcal	549Kcal
Bエネルギー	441Kcal	467Kcal	570Kcal	433Kcal	581Kcal	566Kcal	490Kcal
おやつ	クリームパン・牛乳	桃ゼリー・牛乳	クレープ・牛乳	炭酸饅頭・牛乳	コーヒゼリー・ジョア	ブドウムース・牛乳	塩せんべい・牛乳
おやつエネルギー	168Kcal	110Kcal	147Kcal	128Kcal	134Kcal	107Kcal	100Kcal
夕	御飯	エビピラフ	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(玉ねぎ、大根葉)	コンソメスープ	味噌汁(青梗菜、舞茸)	味噌汁(うまい菜、麩)	味噌汁(もやし、若布)	具たくさん汁	味噌汁(しめじ、貝割れ)
	ほきの粕漬け焼き	ミニコロッケ	ますの山椒焼き	しいらの甘酢あんかけ	豚肉のしぐれ煮	ふくさ焼き	さばの大葉焼き
	炒り豆腐	マカロニサラダ	ブロッコリーバター醤油炒め	いんげんの炒め物	なすの炒め物	ごぼうの味噌炒め	冬瓜のうす煮
	大根サラダ		もやしサラダ	佃煮	白菜のなめたけ和え	漬物	ほうれん草の磯和え
エネルギー	451Kcal	495Kcal	465Kcal	445Kcal	546Kcal	501Kcal	475Kcal

\*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。