



# 所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	6月22日	6月23日	6月24日	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	ゆかり粥	御飯	御飯	御飯	パン	麦飯
	味噌汁(舞茸、ネギ)	味噌汁(玉ねぎ、にら)	味噌汁(白菜、貝割れ)	味噌汁(豆腐、若芽)	味噌汁(玉ねぎ、かぶの葉)	パンプキンスープ	味噌汁(卵、貝割れ)
	豆腐のひき肉包みあげの煮物	さつま揚げと里いもの煮物	高野豆腐の含め煮	大根の炒り煮	やわらかつみれの煮物	ウインナーのコンソメ煮	ちくわの甘辛煮
	二色和え	ほうれん草のなめたけ和え	ツナとキャベツのサラダ	菜の花のしらす和え	春菊のくるみ和え	白菜のイタリアンサラダ	長芋とろろ
	たいみそ		ふりかけ	のり佃煮	ふりかけ	ジャム	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	487Kcal	419Kcal	464Kcal	438Kcal	453Kcal	474Kcal	460Kcal
昼	御飯		御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(しろな、麩)		味噌汁(うまい菜、麩)	すまし汁	味噌汁(舞茸、貝割れ)	味噌汁(もやし、豆苗)	コンソメスープ
	黄桃缶	マンゴー缶	洋ナシ缶	オレンジ	バナナ	パイ缶	りんご缶
	Aほっけの塩焼き	A冷やし五目そば	A千草焼き	A豚肉のぴり辛焼き	A三色丼	A回鍋肉	Aハヤシライス
	B鶏肉のチーズ焼き	Bしいらの生姜煮	Bぶりの煮つけ	Bたらの菜種焼き	Bますのクリームソースかけ	Bお魚ハンバーグ照り焼き	B白身魚のピカタ
	カリフラワーサラダ	かき揚げ	筑前煮	なすとピーマンの炒め物	ジャガイモの含め煮	カリフラワーのかにかま和え	キャベツサラダ
Aエネルギー	452Kcal	516Kcal	532Kcal	513Kcal	517Kcal	459Kcal	503Kcal
Bエネルギー	495Kcal	457Kcal	520Kcal	515Kcal	553Kcal	431Kcal	459Kcal
おやつ	吹雪饅頭・牛乳	カスタードケーキ・牛乳	いちごゼリー・牛乳	きなこムース・牛乳	今川焼き・牛乳	メロンゼリー・牛乳	蒸しパン・ジョア
おやつエネルギー	165Kcal	185Kcal	110Kcal	127Kcal	154Kcal	111Kcal	200Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(卵、みつば)	味噌汁(畑菜、えのき)	味噌汁(ジャガイモ、ネギ)	味噌汁(しろな、なめこ)	味噌汁(冬瓜、かぶの葉)	味噌汁(畑菜、若布)	味噌汁(白菜、大根葉)
	豚肉のガーリック炒め	鶏肉の玉ねぎソース	豚肉のにんにくの芽炒め	めばるのネギ醤油焼き	えびかつ	白身魚の香味蒸し	赤魚のみりん漬け焼き
	大根の生姜煮	もやし炒め	青梗菜の煮浸し	ごぼう金平	ほうれん草のバターソテー	五目豆腐	小松菜と人参の炒め物
	若布の酢の物	なすの胡麻和え	春雨のポン酢和え	さつま芋サラダ	佃煮	漬物	もずく酢
エネルギー	435Kcal	536Kcal	454Kcal	585Kcal	507Kcal	481Kcal	413Kcal

\*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。