



所沢かがやきの里 週間予定献立表 **うなぎ**

日付	7月20日	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日	7月26日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	かに雑炊	御飯	パン	御飯	御飯
	味噌汁(青梗菜、舞茸)	味噌汁(玉葱、しめじ)	味噌汁(小松菜、えのき)	味噌汁(揚げ、白菜)	コンソメスープ	味噌汁(玉葱、揚げ)	味噌汁(白菜、大根菜)
	いわしのかば焼き	ほうれん草とちくわの煮浸し	厚揚げの煮物	ほたての卵とじ	チキンの野菜炒め	里芋の煮物	ミートボール柚子
	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	キャベツとツナの和え物	オクラのお浸し	カリフラワーサラダ
	ふりかけ			のり佃煮	ジャム	たいみそ	ふりかけ
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	456Kcal	471Kcal	416Kcal	483Kcal	425Kcal	467Kcal	444Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	☆土用丑の日☆	
	すまし汁	赤だし	味噌汁(冬瓜、若布)	すまし汁		すまし汁	
	パイン缶	黄桃缶	洋ナシ缶	バナナ	オレンジ	りんご缶	マンゴー缶
	A豚肉のごま味噌和え	A和風卵焼き	A豚丼	A鶏肉のハニーマスタード焼き	Aさばの塩焼き	うなぎ	A肉そば
	B白身魚の煮つけ	B鶏肉の梅肉焼き	Bかれいの竜田揚げ	Bますの田楽焼き	Bチンジャオロース	夏野菜の炊き合わせ	Bぶりの南部焼き・御飯・味噌汁
	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	かぶの吉野煮		じゃが芋の煮物
Aエネルギー	482Kcal	501Kcal	519Kcal	542Kcal	461Kcal		507Kcal
Bエネルギー	385Kcal	459Kcal	510Kcal	542Kcal	448Kcal	587Kcal	527Kcal
おやつ	ソフトサラダ・牛乳	水ようかん・牛乳	いちごスペシャル・牛乳	抹茶パンケーキ・牛乳	ブドウゼリー・牛乳	カステラ饅頭・牛乳	スイスロール・牛乳
おやつエネルギー	129Kcal	132Kcal	185Kcal	126Kcal	110Kcal	140Kcal	179Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(さつまいも、いんげん)	すまし汁	味噌汁(かぶ、大根菜)	味噌汁(ほうれん草、麴)	味噌汁(豆腐、貝割れ)	味噌汁(大根、かぶの葉)	味噌汁(かぶ、にら)
	赤魚の山椒焼き	豚肉とキャベツ炒め	ほきの塩麹焼き	さわらの照り煮	和風ハンバーグ	チキンのトマトソースかけ	えびかつ
	茄子の煮物	南瓜の甘煮	ビーフン炒め	青梗菜のバター炒め	マカロニソテー	ふきの煮物	青梗菜炒め
	菜の花のサラダ	春菊のマヨ和え	漬物	冷奴	ほうれん草のわさび和え	煮豆	漬物
エネルギー	513Kcal	513Kcal	412Kcal	465Kcal	534Kcal	483Kcal	487Kcal

*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。