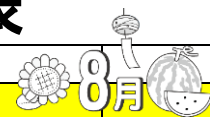


所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	7月27日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	8月1日	8月2日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	パン	麦ごはん	御飯	御飯	御飯	さつま芋粥
	味噌汁(オクラ、葱)	コーンスープ	味噌汁(大根、貝割れ)	味噌汁(かぶ、舞茸)	味噌汁(なす、若布)	味噌汁(しろな、えのき)	味噌汁(玉葱、揚げ)
	高野豆腐の煮物	冬瓜のコンソメ煮	青梗菜とさつま揚げの煮浸し	卵焼き	野菜の和風煮	はんぺんの卵とじ	いわしのかば焼き
	ほうれん草のピーナツ和え	もやしサラダ	長いもとろろ	オクラのお浸し	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
	もろみみそ	ジャム		ふりかけ	のり佃煮	ふりかけ	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	449Kcal	483Kcal	391Kcal	442Kcal	408Kcal	488Kcal	470Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯		御飯
	味噌汁(冬瓜、若布)	すまし汁	野菜スープ	味噌汁(小松菜、麩)	中華スープ		中華スープ
	バナナ	パイン缶	フルーツヨーグルト	洋ナシ缶	マンゴー缶	黄桃缶	オレンジ
	Aかに玉	A赤魚の生姜煮	A夏野菜キーマカレー	A白身魚のタルタル焼き	A豚肉のパン粉焼き	Aぶりのみそ漬焼き・御飯・すまし汁	A豆腐ステーキ
	Bますの漬け焼き	Bチキンステーキ照り焼きソース	Bかれのいのバター焼き	B鶏肉のねぎ塩焼き	Bあじの煮つけ	A野菜たんめん	Bさわらの山椒焼き
	春雨炒め	茄子の味噌炒め	トマトサラダ	ゴーヤチャンプルー	昆布の炒め煮	茄子の翡翠煮	肉しゅうまい
Aエネルギー	516Kcal	455Kcal	555Kcal	562Kcal	569Kcal	476Kcal	480Kcal
Bエネルギー	501Kcal	510Kcal	506Kcal	483Kcal	418Kcal	472Kcal	460Kcal
おやつ	青りんごゼリー・牛乳	酒饅頭・牛乳	クレープ・牛乳	桃ゼリー・ジョア	クリームパン・牛乳	ロアンヌ・牛乳	蒸しパン・牛乳
おやつエネルギー	110Kcal	139Kcal	149Kcal	122Kcal	168Kcal	137Kcal	187Kcal
タ	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	えびピラフ
	味噌汁(もやし、豆苗)	味噌汁(里芋、いんげん)	味噌汁(畑菜、揚げ)	味噌汁(白菜、豆苗)	味噌汁(玉葱、大根菜)	味噌汁(かぶ、にら)	コンソメスープ
	豚肉のスタミナ炒め	肉豆腐	銀ひらすの香味焼き	豚しゃぶ	ほきの粕漬け焼き	チキンチャップ	ミニコロケ
	しろ菜の煮浸し	菜の花の山吹和え	レンコンの塩麴炒め	さつま芋の甘煮	炒り豆腐	小松菜のバター醤油炒め	マカロニサラダ
	ビーンズサラダ	漬物	胡瓜の若布和え	ほうれん草の辛子和え	大根サラダ	漬物	
エネルギー	514Kcal	456Kcal	475Kcal	514Kcal	437Kcal	455Kcal	512Kcal

*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。