



所沢かがやきの里 週間予定献立表

日付	8月3日	8月4日	8月5日	8月6日	8月7日	8月8日	8月9日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	麦飯	御飯	パン	御飯	ゆかり粥	御飯
	味噌汁(大根、かぶの葉)	味噌汁(玉葱、椎茸)	味噌汁(青梗菜、なす)	コンソメスープ	味噌汁(舞茸、葱)	味噌汁(玉葱、にら)	味噌汁(白菜、貝割れ)
	野菜炒め	じゃが芋のツナ炒め	焼き豆腐の煮物	ミートボールナポリタン	やわらかつみれの煮物	さつま揚げと里芋の煮物	高野豆腐の含め煮
	温泉卵	納豆	オクラのおかか和え	ブロッコリーのごまドレ和え	二色和え	ほうれん草のピーナッツ和え	ツナとキャベツのサラダ
			ふりかけ	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	475Kcal	527Kcal	408Kcal	469Kcal	454Kcal	435Kcal	465Kcal
昼	御飯	御飯		御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(うまい菜、麴)	味噌汁(冬瓜、大根葉)		中華スープ	味噌汁(しろな、麴)	味噌汁(さつま芋、みつば)	味噌汁(かぶ、豆苗)
	パイン缶	洋ナシ缶	マンゴー缶	バナナ	黄桃缶	オレンジ	りんご缶
	A豚肉のネギ塩かけ	Aますの和風ムニエル	A冷やし五目そば	A鶏肉のレモンソースかけ	Aほっけの塩焼き	Aさわらの煮つけ ～おろし和え	A千草焼き
	B赤魚の塩こうじ焼き	B鶏肉の生姜焼き	B銀ひらすの梅煮・御飯・味噌汁	Bかれいの味噌焼き	B鶏肉のチーズ焼き	B牛丼	Bぶりの粕漬け
	里芋の煮物	ほうれん草のお浸し	かき揚げ	えびともやしの炒め物	カリフラワーサラダ	焼き餃子の野菜あんかけ	筑前煮
Aエネルギー	507Kcal	485Kcal	506Kcal	536Kcal	457Kcal	530Kcal	530Kcal
Bエネルギー	434Kcal	457Kcal	487Kcal	492Kcal	508Kcal	613Kcal	533Kcal
おやつ	炭酸まんじゅう・牛乳	せんべい・牛乳	バナナスペシャル・ジョア	ライチゼリー・牛乳	焼きドーナッツ・牛乳	コーヒゼリー・牛乳	ドームケーキ・牛乳
おやつエネルギー	128Kcal	100Kcal	197Kcal	111Kcal	136Kcal	122Kcal	167Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	赤だし(なめこ、豆腐)	味噌汁(もやし、若布)	具だくさん汁	味噌汁(しめじ、貝割れ)	かきたま汁	味噌汁(畑菜、えのき)	味噌汁(じゃが芋、白ネギ)
	しいらの甘酢あんかけ	豚肉のしぐれ煮	華風卵焼き	さばの大葉焼き	豚肉のガーリック炒め	揚げ鶏の玉葱ソース	シーフードのにんにくの芽炒め
	畑菜のうす煮	いんげんの炒め物	ごぼうの味噌炒め	冬瓜の信田煮	大根の生姜煮	もやし炒め	青梗菜の煮浸し
	なすのごま和え	白菜のなめたけ和え	漬物	菜の花の磯和え	若布の酢の物	佃煮	春雨のポン酢和え
エネルギー	516Kcal	475Kcal	491Kcal	478Kcal	470Kcal	531Kcal	451Kcal

*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。