



所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	8月10日	8月11日	8月12日	8月13日	8月14日	8月15日	8月16日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	パン	麦飯	御飯	御飯	中華粥
	味噌汁(豆腐、若布)	味噌汁(玉葱、かぶの葉)	パンプキンスープ	味噌汁(卵、貝割れ)	味噌汁(ほうれん草、麩)	味噌汁(大根、大根葉)	味噌汁(もやし、若布)
	大根の炒り煮	豆腐のひき肉包み揚げ煮	ウインナーのコンソメ煮	ちくわと甘辛煮	もやし炒め	お魚豆腐揚げ	炒り卵
	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	長いもとろろ	納豆	菜の花のごま和え	ほうれん草とチキンの和え物
	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	438Kcal	500Kcal	528Kcal	460Kcal	479Kcal	498Kcal	460Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯		御飯	御飯
	すまし汁	味噌汁(まいたけ、貝割れ)	味噌汁(もやし、豆苗)	コンソメスープ		味噌汁(豆腐、みつば)	すまし汁
	オレンジ	フルーツカクテル缶	パイン缶	りんご缶	バナナ	黄桃缶	マンゴー缶
	Aたらの菜種焼き	A三色丼	Aお魚ハンバーグ照り焼き	Aハヤシライス	Aけんちんうどん	Aしいらの南蛮漬は	A鶏肉のゆず醤油ソース
	B鶏肉のぴり辛焼き	Bますのクリームソース	B回鍋肉	Bほきのピカタ	Bさばのごま焼き	A豚肉のねぎ焼き	B鯔の味噌焼き
	茄子とピーマンの炒め物	じゃが芋の含め煮	カリフラワーのかにかま和え	キャベツサラダ	ブロッコリーソテー	えびしゅうまい	キャベツのわさび和え
Aエネルギー	484Kcal	482Kcal	438Kcal	508Kcal	455Kcal	519Kcal	507Kcal
Bエネルギー	430Kcal	549Kcal	475Kcal	459Kcal	513Kcal	540Kcal	462Kcal
おやつ	きなこムース・牛乳	今川焼き・牛乳	メロンゼリー・牛乳	蒸しパンいちご・牛乳	カステラ饅頭・牛乳	ブドウゼリー・ジョア	アイスクリーム・牛乳
おやつエネルギー	127Kcal	154Kcal	111Kcal	188Kcal	140Kcal	122Kcal	213Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(しろな、なめこ)	味噌汁(冬瓜、揚げ)	味噌汁(畑菜、若布)	味噌汁(白菜、大根葉)	味噌汁(豆苗、若布)	味噌汁(さつまいも、えのき)	味噌汁(しろな、麩)
	豚肉の葱醤油焼き	えびかつ	鶏肉の香味蒸し	さわらのみりん漬け焼き	きれいのムニエルラビゴットソース	鶏肉と茄子のオイスターソース炒め	赤魚の煮つけ
	ごぼうきんぴら	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	切り干し大根の煮物	かぶの吉野煮	マカロニコンソメソテー
	さつま芋サラダ	かぶの浅漬け	漬物	もずく酢	煮豆	胡瓜の塩昆布和え	カリフラワーのおかか和え
エネルギー	571Kcal	515Kcal	455Kcal	456Kcal	521Kcal	416Kcal	406Kcal

*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。