



所沢かがやきの里

週間予定献立表



日付	8月31日	9月1日	9月2日	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	御飯	麦ごはん	ゆかり粥	パン	御飯
	味噌汁(うまい菜、えのき)	味噌汁(もやし、麩)	味噌汁(かぶ、若布)	味噌汁(豆腐、葱)	味噌汁(なす、貝割れ)	コンソメスープ	味噌汁(玉葱、オクラ)
	高野豆腐の含め煮	がんもの煮物	納豆	青菜炒め	厚揚げの甘辛煮	炒り卵	お魚豆腐揚げ
	オクラのおかか和え	ブロッコリーのごま和え	青梗菜の煮浸し	白菜の和風サラダ	ほうれん草和え物	ポテトサラダ	青梗菜のゆず和え
	のり佃煮	ふりかけ		たいみそ		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	425Kcal	445Kcal	449Kcal	453Kcal	406Kcal	513Kcal	477Kcal
昼	御飯		御飯	きのこ御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(ねぎ、しめじ)		味噌汁(キャベツ、豆苗)	味噌汁(もやし、麩)	味噌汁(じゃが芋、いんげん)	中華スープ	味噌汁(えのき、かぶ葉)
	黄桃缶	マンゴー缶		カクテル缶	パイン缶	漬物	りんご缶
	A鶏肉の塩麹焼き	A冷やし中華	A鶏肉のガーリックソースかけ	A豚肉のポン酢炒め	A白身魚フライとホタテフライ	A鶏肉ときのこの炒め物	Aあじの粕漬け焼き
	Bめばるの煮つけ	Bますの照り焼き・御飯・味噌汁	Bかに入り卵焼き和風あんかけ	Bさわらのカレー風味焼き	B豚肉のピリ辛野菜のせ	Bほきの梅肉ソース	B豚肉のオイスターソース炒め
	ほうれん草のわさび和え	春巻き	じゃが芋の甘辛煮	さつま芋の甘煮	さつま揚げと昆布の炒り煮	もやしのゆずサラダ	スバサラダ
Aエネルギー	455Kcal	469Kcal	582Kcal	557Kcal	536Kcal	403Kcal	520Kcal
Bエネルギー	436Kcal	528Kcal	571Kcal	554Kcal	509Kcal	388Kcal	574Kcal
おやつ	どら焼き・牛乳	バナナスPECIAL・牛乳	メロンゼリー・牛乳	きなこ和風パンケーキ・牛乳	コーヒゼリー・牛乳	炭酸饅頭・ジョア	イチゴムース・牛乳
おやつエネルギー	174Kcal	185Kcal	111Kcal	125Kcal	122Kcal	140Kcal	107Kcal
タ	高菜チャーハン	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	中華スープ	すまし汁(とろろ、貝割れ)	味噌汁(小松菜、揚げ)	味噌汁(舞茸、さや)	味噌汁(若布、大根葉)	味噌汁(白菜、豆苗)	味噌汁(しめじ、ほうれん草)
	かにしゅうまい	さばの生姜煮	ほっけの塩焼き	かれいの煮つけ	鶏肉のマヨネーズ焼き	赤魚のごま焼き	豆腐ハンバーグ
	トマトサラダ	茄子の和風和え	ひじきの煮物	大根きんぴら	焼きビーフン	かぶのくず煮	冬瓜の土佐煮
		漬物	オレンジ	キャベツの磯和え	カリフラワーの甘酢漬け	バナナ	ブロッコリーの和え物
エネルギー	475Kcal	513Kcal	434Kcal	452Kcal	521Kcal	454Kcal	532Kcal

*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。