



所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	9月7日	9月8日	9月9日	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	麦ごはん	かに雑炊	御飯	御飯	御飯	パン
	味噌汁(白菜、にら)	味噌汁(畑菜、玉葱)	味噌汁(なす、かぶの葉)	味噌汁(白菜、貝割れ)	味噌汁(オクラ、麩)	味噌汁(玉葱、揚げ)	コンソメスープ
	ウインナーソテー	豆腐包みあげの煮物	いわしのかば焼き	炒り豆腐	ちくわの卵とじ	冬瓜とつみれの煮物	ベーコンソテー
	うまい菜のお浸し	長いもとろろ	ほうれん草の辛子和え	春菊のしらす和え	なすの昆布つゆ和え	カリフラワーのドレ和え	キャベツの中華和え
	もろみみそ			たいみそ	ふりかけ	うめびしお	ジャム
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	462Kcal	499Kcal	430Kcal	475Kcal	467Kcal	450Kcal	441Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯		御飯	御飯
	すまし汁	味噌汁(かぶ、若布)	コンソメスープ	味噌汁(青梗菜、揚げ)	中華スープ	すまし汁	中華スープ
		オレンジ	りんご缶		マンゴー缶	黄桃缶	バナナ
	Aあぶ玉丼	Aめばるの香味蒸し	Aチキンカレー	A白身魚のバター醤油焼き	Aさわらの野菜あんかけ・御飯	Aぶりのみりん焼き	Aマーボーナス
	Bたらの和風ムニエル	Bすき焼き煮	Bますのクリームソースかけ	B鶏肉のパン粉焼き	B焼きそば	B豚肉と厚揚げの旨煮	B和風卵焼き
	なすのピリ辛炒め	ブロッコリーガーリック炒め	ツナサラダ	小松菜の煮浸し	焼売	里芋の味噌煮	かぶの白煮
	きゅうりと若布の酢の物			大根サラダ			
Aエネルギー	546Kcal	395Kcal	599Kcal	472Kcal	535Kcal	501Kcal	542Kcal
Bエネルギー	506Kcal	414Kcal	555Kcal	491Kcal	553Kcal	511Kcal	506Kcal
おやつ	せんべい・牛乳	ロアンヌ・牛乳	クリームパン・牛乳	マスカットゼリー・牛乳	酒饅頭・牛乳	アイスクリーム・牛乳	抹茶ゼリー・ジョア
おやつエネルギー	133Kcal	137Kcal	168Kcal	110Kcal	139Kcal	213Kcal	134Kcal
タ	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(小松菜、麩)	味噌汁(さつまいも、葱)	すまし汁	中華スープ	味噌汁(もやし、大根葉)	赤だし	味噌汁(えのき、かぶの葉)
	かれいの煮つけ	ポークピカタ	ほきの味噌煮	ポークチャップ	鶏肉のマスタード風味	鶏肉の照り焼き	赤魚の山椒焼き
	ジャーマンポテト	切干大根の煮物	もやしの炒め物	南瓜の甘煮	うまい菜のごま和え	れんこんの塩麴炒め	豆腐チャンプル
	洋ナシ缶	キャベツのサラダ	大根の浅つけ	パイン缶	漬物	おろし和え	昆布佃煮
エネルギー	464Kcal	555Kcal	375Kcal	547Kcal	470Kcal	468Kcal	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。