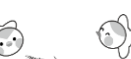




所沢かがやきの里 週間予定献立表



日付	9月14日	9月15日	9月16日	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	菜粥	御飯	パン	御飯	麦ごはん
	味噌汁(畑菜、人参)	味噌汁(豆腐、舞茸)	味噌汁(えのき、貝割れ)	味噌汁(若布、しろな)	コーンスープ	味噌汁(なす、貝割れ)	味噌汁(玉葱、えのき)
	ミートボール	さつま揚げの煮物	高野豆腐の煮物	納豆	野菜炒め	炒り卵	冬瓜と車麩の煮物
	ブロッコリーのかにかま和え	さっぱり和え	もやしのゆず和え	里芋の煮物	ブロッコリーサラダ	春菊のお浸し	しろなの磯和え
	ふりかけ	のり佃煮			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	486Kcal	441Kcal	389Kcal	457Kcal	464Kcal	499Kcal	427Kcal
昼	御飯	御飯	御飯		御飯	ゆかり御飯	御飯
	味噌汁(白菜、かぶの葉)	コンソメスープ	味噌汁(じゃが芋、さや)	コンソメスープ	味噌汁(小松菜、舞茸)	すまし汁	味噌汁(南瓜、大根葉)
	オレンジ		漬物	洋ナシ缶	カクテル缶	りんご缶	パイン缶
	Aさばの塩焼き	A鶏肉のトマト煮	Aあじの生姜漬け焼き	Aかれいの大葉みそ焼き・御飯	A白身魚のムニエル	A豆腐ステーキ 野菜あん	A豚丼
	B豚肉ソテー	Bほきのチーズ焼き	B肉団子の和風煮	Bナポリタン	Bメンチカツ	Bぶりの煮つけ	B中華風卵焼き
	マカロニソテー	しろなの炒め物	ごぼうのゴマ油炒め	カリフラワーサラダ	ハムともやしの炒め	大根炒め	がんもの含め煮
Aエネルギー	483Kcal	540Kcal	490Kcal	445Kcal	550Kcal	565Kcal	544Kcal
Bエネルギー	520Kcal	525Kcal	542Kcal	515Kcal	623Kcal	499Kcal	519Kcal
おやつ	いちごスペシャル・牛乳	クレープ・牛乳	青リンゴゼリー・牛乳	今川焼き・牛乳	スペシャルおやつ	黒曜饅頭・牛乳	ブドウゼリー・牛乳
おやつエネルギー	185Kcal	147Kcal	110Kcal	154Kcal	秋輝祭	153Kcal	110Kcal
タ	御飯	御飯	御飯	御飯	チャーハン	御飯	御飯
	味噌汁(若布、もやし)	味噌汁(卵、大根葉)	わんたんスープ	味噌汁(かぶ、豆苗)	中華スープ	味噌汁(じゃが芋、かぶ葉)	すまし汁
	鶏肉の南部焼き	しいらの照り焼き	千草焼き	焼肉	餃子	めばるのねぎ焼き	白身魚の香り蒸し
	ちくわといんげん炒め	えびとカリフラワーのサラダ	野菜のチャプチェ	なすの信田煮	ほうれん草サラダ	大豆と昆布の煮物	れんこんのそぼろ炒め
	春菊のなめたけ和え	マンゴー缶	バナナ	青梗菜のおかか和え		白菜の菊花和え	キャベツの酢味噌和え
エネルギー	448Kcal	473Kcal	548Kcal	509Kcal	478Kcal	452Kcal	487Kcal

*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。