



所沢かがやきの里

週間予定献立表



日付	10月12日	10月13日	10月14日	10月15日	10月16日	10月17日	10月18日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	麦ごはん	パン	菜粥	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(もやし、豆苗)	味噌汁(えのき、水菜)	クリームスープ	味噌汁(ほうれん草、麩)	味噌汁(玉葱、かぶ菜)	味噌汁(なす、麩)	味噌汁(かぶ、若布)
	野菜つみれの煮物	厚焼き卵	魚肉ソーセージとピーマンの炒め	里芋と角天の含め煮	温泉卵	がんもの煮物	納豆
	春菊のからし和え	キャベツのゆかり和え	ほうれん草のサラダ	オクラのお浸し	小松菜の信田煮	春菊のごま和え	青梗菜の煮浸し
	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	431Kcal	435Kcal	468Kcal	384Kcal	456Kcal	426Kcal	447Kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯		御飯
	すまし汁	味噌汁(揚げ、かぶ菜)	味噌汁(しろな、椎茸)	すまし汁	コンソメスープ		味噌汁(キャベツ、豆苗)
	マンゴー缶	カクテル缶	漬物		黄桃缶	バナナ	みかん缶
	A鶏肉の金山寺味噌焼き	A豚肉のしぐれ煮	Aますの塩焼き	A松風焼き	Aハヤシライス	A醤油ラーメン	A鶏肉のガーリックソースかけ
	Bかれいの焼き浸し	B白身魚のチーズ焼き	B豚と野菜の中華炒め	Bほきの七味焼き	Bさばの柚庵焼き	B銀ひらすの照り焼き・御飯・味噌汁	Bかに入り卵焼き和風あんかけ
	青菜炒め	あさりと青梗菜の炒め物	ジャーマンポテト	ベーコンともやしの炒め小野	野菜サラダ	春巻き	じゃが芋の甘辛煮
				パンプキンサラダ			
Aエネルギー	451Kcal	477Kcal	431Kcal	558Kcal	573Kcal	468Kcal	503Kcal
Bエネルギー	470Kcal	456Kcal	482Kcal	479Kcal	523Kcal	534Kcal	495Kcal
おやつ	プリンムース・牛乳	炭酸饅頭・牛乳	オレンジゼリー・牛乳	蒸しパン・牛乳	コーヒゼリー・ジョア	あんぱん・牛乳	せんべい・牛乳
おやつエネルギー	123Kcal	128Kcal	110Kcal	188Kcal	134Kcal	202Kcal	133Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(青梗菜、人参)	味噌汁(かぶ、豆苗)	味噌汁(しめじ、三つ葉)	赤だし	味噌汁(じゃが芋、若布)	すまし汁	味噌汁(小松菜、揚げ)
	あじの南蛮漬け	豆腐の中華旨煮	揚げ鶏のタルタルソース	ぶり大根	たらちり	さわらの煮つけ	ほっけの塩焼き
	ビーフン炒め	れんこん炒め	冬瓜のコンソメ煮	うまい菜のナムル	青梗菜のバター炒め	茄子の和風和え	ひじきの煮物
	きのこのおろし和え	なすのおかか和え	りんご	パイン缶	煮豆	漬物	春雨サラダ
エネルギー	499Kcal	505Kcal	563Kcal	474Kcal	422Kcal	478Kcal	514Kcal

*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。