



所沢かがやきの里

週間予定献立表



11月

日付	10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	11月1日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	かに雑炊	御飯	御飯	パン	御飯	麦御飯	御飯
	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	味噌汁(畑菜、人参)	味噌汁(豆腐、舞茸)	味噌汁(えのき、貝割れ)
	炒り豆腐	ちくわの卵とじ	冬瓜とつみれの煮物	ハムソテー	ミートボール	さつま揚げの炒め煮	高野豆腐の煮物
	春菊のしらす和え	なすの昆布つゆ和え	春菊のツナ和え	カリフラワーのドレ和え	ブロッコリーかにかま和え	ほうれん草のさっぱり和え	もやしのゆず和え
		ふりかけ	たいみそ	ジャム	のり佃煮	ふりかけ	うめびしお
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	401Kcal	518Kcal	471Kcal	399Kcal	485Kcal	432Kcal	414Kcal
昼	御飯		御飯	御飯	御飯	キャロットピラフ	御飯
	味噌汁(青梗菜、揚げ)	中華スープ	すまし汁	中華スープ	味噌汁(白菜、椎茸)	パンプキンスープ	味噌汁(じゃが芋、さや)
		洋ナシ缶	黄桃缶	昆布佃煮	オレンジ		りんご缶
	Aたらちのバター醤油焼き	A赤魚の野菜あんかけ・御飯	Aぶりのみりん焼き	A麻婆茄子	Aさばの塩焼き	エビフライ・イカリングフライ	Aますの生姜漬け
	B鶏肉のパン粉焼き	Bやきそば	B牛肉と厚揚げの旨煮	B和風卵焼き	B豚肉ソテー	サラダ	B肉団子の和風煮
	小松菜の煮浸し	しゅうまい	里芋の味噌煮	かぶの白煮	マカロニソテー		ごぼうのゴマ油炒め
	大根サラダ					☆ハロウィン行事☆	
Aエネルギー	418Kcal	469Kcal	500Kcal	533Kcal	476Kcal	618Kcal	493Kcal
Bエネルギー	486Kcal	517Kcal	564Kcal	477Kcal	512Kcal		567Kcal
おやつ	酒饅頭・牛乳	イチゴムース・牛乳	どら焼き・ジョア	桃ゼリー・牛乳	スイスロール・牛乳	ブドウゼリー・牛乳	クレープ・牛乳
おやつエネルギー	139Kcal	107Kcal	185Kcal	110Kcal	179Kcal	110Kcal	147Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	かきたま汁	味噌汁(もやし、大根葉)	赤だし	味噌汁(えのき、かぶ葉)	味噌汁(若布、もやし)	味噌汁(なす、大根葉)	ワンタンスープ
	ポークケチャップ	鶏肉のマヨネーズ焼き	メンチカツ	さわらの山椒焼き	鶏肉の南部焼き	豚肉と厚揚げの炒め物	鶏肉のチーズ焼き
	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	ちくわといんげん炒め	しろなの和え物	野菜のチャプチェ
	パイン缶	漬物	おくらのおろし和え	パナナ	春菊のなめたけ和え	マンゴー缶	青じその実
エネルギー	533Kcal	467Kcal	531Kcal	496Kcal	446Kcal	468Kcal	462Kcal

*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。