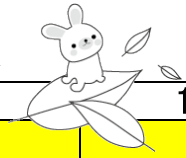


所沢かがやきの里　週間予定献立表



日付	11月23日	11月24日	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	ほたて雑炊	麦ごはん	御飯	御飯	パン
	味噌汁（玉葱、水菜）	味噌汁（しろな、冬瓜）	味噌汁（しめじ、さや）	味噌汁（うまい菜、麸）	味噌汁（もやし、豆苗）	味噌汁（えのき、水菜）	クリームスープ
	はんぺんの煮物	いわしのかば焼き	野菜つみれの煮物	高野豆腐の煮物	魚河岸生姜醤油	厚焼き卵	魚肉ソーセージとピーマン炒め
	青梗菜のお浸し	なすの生姜和え	ブロッコリー和え物	長いもとろろ	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
	ふりかけ	たいみそ			のり佃煮	ふりかけ	ジャム
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	409Kcal	543Kcal	417Kcal	422Kcal	426Kcal	435Kcal	468Kcal
昼	御飯	☆秋の実り御膳☆		御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁（えのき、かぶ葉）	峠の釜めし風		味噌汁（大根、葱）	すまし汁	味噌汁（揚げ、かぶ葉）	味噌汁（しろな、椎茸）
	バナナ	すまし汁	マンゴー缶	パイン缶		みかん缶	黄桃缶
	A白身魚のパン粉焼き	釜めし風	A肉そば	A銀ひらすのザーサイ蒸し	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
	B鶏肉の柚子醤油ソース	ほうれん草のしめじ柚子あえ	B赤魚の煮つけ・御飯・味噌汁	B豚肉の卵とじ	Bかれいの焼き浸し	B白身魚のピザ焼き	B豚肉の塩麹炒め
	冬瓜のうす煮	りんご羊羹盛り合わせ	切干大根のサラダ	じゃが芋金平	青菜炒め	あさりと青梗菜の炒め物	ジャーマンポテト
					きのこのおろし和え		
Aエネルギー	534Kcal	458Kcal	524Kcal	459Kcal	430Kcal	469Kcal	462Kcal
Bエネルギー	537Kcal		476Kcal	554Kcal	456Kcal	458Kcal	510Kcal
おやつ	モンブラン・・牛乳	スイスロール・牛乳	オレンジゼリー・牛乳	吹雪饅頭・牛乳	メロンゼリー・ジョア	あんぱん・牛乳	杏仁ムース・牛乳
おやつエネルギー	201Kcal	179Kcal	110Kcal	165Kcal	123Kcal	202Kcal	117Kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	中華スープ	味噌汁（いんげん、人参）	味噌汁（玉葱、貝割れ）	コンソメスープ	味噌汁（青梗菜、人参）	味噌汁（かぶ、豆苗）	味噌汁（しめじ、みつば）
	麻婆豆腐	ほきの照り焼き	さばのカレー風味	鶏肉のトマトソース	鰺のから揚げ	豆腐の中華旨煮	チキン南蛮
	ごぼうの炒り煮	春雨サラダ	畑菜の煮浸し	カリフラワーソテー	ビーフン炒め	レンコン炒め	冬瓜のコンソメ煮
	白菜の中華和え	漬物	もやしの磯和え	キャベツとチーズ	カクテル缶	なすのおかか和え	漬物
エネルギー	494Kcal	420Kcal	480Kcal	468Kcal	522Kcal	505Kcal	517Kcal
	勤労感謝の日でケーキです						

*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。