

4 月分 献立表

豊田市福祉事業団

パクパク・カミカミ後期食

日 曜	献立名	主として血・肉となるもの	主として体の調子を整えるもの	主として働く力となるもの	全カロリー	蛋白質
11 木	フライドポテト・オレンジゼリー(寒天)・牛乳	牛乳	オレンジジュース・寒天・りんご缶・いちご	油・砂糖	219	4.7
12 金	星のコロッケ・フルーツゼリー・牛乳	牛乳	もも缶・寒天・パン缶・みかん缶	星のコロッケ・油・砂糖	233	6.0
15 月	カレーライス・コールスローサラダ・サイコロチーズ蒸しパン・牛乳	豚もも肉・サイコロチーズ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・みかん缶	じゃが芋・油・ごはん・砂糖・ホットケーキミックス	534	18.6
16 火	ご飯・鶏の唐揚げ・付合せ(ブロッコリー)・和風春雨サラダ・味噌汁(キャベツ・ニンジン)・野菜ジュースゼリー(寒天)・牛乳	鶏もも肉・シーチキン・牛乳	しょうが・ブロッコリー・きゅうり・にんじん・キャベツ・寒天・野菜ジュース	ごはん・小麦粉・片栗粉・油・春雨・砂糖	546	22.1
17 水	ご飯・魚の塩焼き・付合せ(法蓮草)・大根のきんぴら・すまし汁(とろろ昆布・ネギ)・バナナ・牛乳	塩さば・牛乳	ほうれん草・大根・にんじん・グリーンピース・とろろ昆布・ねぎ・バナナ	ごはん・油・砂糖・ごま油・白炒りごま	517	25.7
18 木	ご飯・ミートローフ・付合せ(カリフラワー)・アスパラサラダ(ハム)・コンソメスープ(もやし・舞茸)・りんごのヨーグルトかけ・牛乳	豚ひき肉・牛乳・卵・ハム・ヨーグルト・牛乳	にんじん・玉ねぎ・カリフラワー・アスパラガス・きゅうり・もやし・ましたけ・りんご缶	ごはん・パン粉・砂糖	471	18.6
19 金	ご飯・親子煮・和風ツナサラダ・味噌汁(玉葱三つ葉)・牛乳寒天・牛乳	鶏もも皮なし肉・卵・シーチキン・牛乳・牛乳	玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・きゅうり・キャベツ・みつば・寒天	ごはん・じゃが芋・砂糖・片栗粉・油・ストロベリーソース	498	24.2
22 月	ご飯・魚の味噌だれかけ・付合せ(大根)・千草和え・若竹汁・白玉だんご・牛乳	さわら・油揚げ・牛乳	しょうが・大根・ほうれん草・にんじん・たけのこ・わかめ	ごはん・三温糖・すりごま(白)・砂糖・やわらか白玉・こしあん	473	24.6
23 火	食パン・ジャム(リンゴ)・ミートボール野菜ソース・付合せ(アスパラ)・ブロッコリーのマヨサラダ・コンソメスープ(白菜・椎茸)・みかん寒天・牛乳	ミートボール・ハム・牛乳	玉ねぎ・にんじん・セロリー・アスパラガス・ブロッコリー・白菜・生しいたけ・みかん缶	食パン・りんごジャム・バター・三温糖・マヨネーズ・砂糖	511	18.9
24 水	ご飯・麻婆豆腐・カニカマとキャベツの中華サラダ・中華スープ(インゲン・人参)・トドレヌ・牛乳	ソフト豆腐・豚ひき肉・かに風味かまぼこ・牛乳・卵・牛乳	ねぎ・生しいたけ・しょうが・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・いんげん・にんじん	ごはん・油・三温糖・片栗粉・ごま油・砂糖・ホットケーキミックス・バター	507	19.2
25 木	ご飯・ふりかけ(おおか)・鶏肉の生姜焼き・付合せ(オクラ)・南瓜の含め煮・味噌汁(玉葱・大根・ネギ)・カルピスゼリー(寒天)・牛乳	鶏もも肉・牛乳	しょうが・オクラ・南瓜・いんげん・玉ねぎ・大根・ねぎ・寒天	ごはん・砂糖・三温糖	536	21.7
26 金	ご飯・魚のカレームニエル・付合せ(人参・ブロッコリー)・ジャーマンサラダ・コンソメスープ(ほうれん草・コーン)・オレンジ(1/4個)・牛乳	さけ・ウインナー・牛乳	ブロッコリー・にんじん・きゅうり・ほうれん草・ホールコーン・オレンジ	ごはん・小麦粉・バター・じゃが芋・マヨネーズ	494	24.4

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。

* 季節の献立
22日 若竹汁

