

5 月分 献立表

豊田市こども発達センター

豊田市福祉事業団

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
7 火	カレーピラフ・鯉のぼり型ハンバーグ・付合せ(人参・ブロッコリー)・野菜スープ・子どもの日ゼリー・牛乳	ハム・鯉のぼり型ハンバーグ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ホールコーン・グリーンピース・ブロッコリー・キャベツ・生しいたけ	ごはん・バター・マヨネーズ・クリームソーダ風ゼリー	685	25.5
8 水	ご飯・豚肉のくわ焼き・付合せ(アスパラゲーズ)・春雨の酢の物・味噌汁(大根 エキ 葱)・じゃがいもココアケーキ・牛乳	豚もも肉・シーチキン・牛乳・牛乳	玉ねぎ・アスパラガス・きゅうり・大根・えのき草・ねぎ	ごはん・砂糖・油・片栗粉・春雨・ごま油・じゃが芋	741	30.4
9 木	ご飯・鮭のムニエル野菜のせ・南瓜サラダ(ハム)・コンソメスープ(ホウレン草 コーン)・ぶどうゼリー(寒天)・牛乳	さけ・ハム・牛乳	玉ねぎ・ピーマン・にんじん・南瓜・ほうれん草・ホールコーン・ぶどうジュース・寒天	ごはん・片栗粉・バター・マヨネーズ・砂糖	688	30.4
10 金	ご飯・お好み焼き風卵焼き・いんげんのごま和え(竹輪)・味噌汁(玉葱 ワカメ)・バナナ・牛乳	卵・豚もも肉・ちくわ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・キャベツ・ピーマン・青のり・いんげん・わかめ	ごはん・ながいも・小麦粉・油・マヨネーズ・すりごま(白)・砂糖	662	29.5
13 月	ご飯・魚の蒲焼風・付合せ(キュウリ)・大根のそぼろ煮(副)・すまし汁(玉葱 みつば)・サワーゼリー(寒天)・牛乳	さわら・鶏ひき肉・牛乳	しょうが・きゅうり・大根・ねぎ・にんじん・生しいたけ・みつば・寒天	ごはん・片栗粉・小麦粉・三温糖・砂糖	673	33.5
14 火	ご飯・チキンカツ・付合せ(人参)・花野菜のミモザサラダ・コンソメスープ(ホウレン草 エキ)・オレンジ(1/4個)・牛乳	鶏もも肉・卵・牛乳	にんじん・ブロッコリー・カリフラワー・ほうれん草・えのき草・オレンジ	ごはん・小麦粉・パン粉・油・胡麻ドレッシング	713	27.8
15 水	ご飯・煮魚・付合せ(インゲン)・かぶと揚げの煮浸し・味噌汁(ジャガイモ ワカメ 葱)・野菜ババロア(寒天)・牛乳	さば・油揚げ・牛乳・牛乳	しょうが・いんげん・かぶ・にんじん・グリーンピース・わかめ・野菜ジュース・寒天	ごはん・砂糖・三温糖・じゃが芋	728	33.1
16 木	ロールパン・スパニッシュオムレツ・野菜ソテー(豚肉入)・コンソメスープ(玉葱 インゲン)・角切りリゴゼリー・牛乳	卵・ウインナー・豚もも肉・牛乳	トマト・ピーマン・玉ねぎ・キャベツ・もやし・にんじん・いんげん・りんご缶	ロールパン・じゃが芋・バター・油・砂糖	666	30.6
17 金	ご飯・厚揚げとひじきの旨煮・法蓮草とじゃこの和え物・味噌汁(大根 エキ 葱)・小豆蒸しパン・牛乳	生揚げ・豚もも肉・しらす干し・牛乳	ひじき・にんじん・いんげん・ほうれん草・キャベツ・大根・ねぎ	ごはん・油・三温糖・砂糖・ホットケーキミックス・小豆	665	30.9
20 月	焼きそば・シュウマイ・付合せ(ブロッコリー)・中華スープ(玉葱 ニラ 椎茸)・メロン・牛乳	豚もも肉・ちくわ・シュウマイ・牛乳	キャベツ・にんじん・ブロッコリー・玉ねぎ・にら・生しいたけ・メロン	蒸し中華めん・油・マヨネーズ	669	26.4
21 火	ご飯・鮭のねぎ味噌焼き・付合せ(オクラ)・和風スパゲティサラダ・すまし汁(小松菜 にんじん)・パンゼリー(寒天)・牛乳	さけ・牛乳	しょうが・ねぎ・オクラ・にんじん・玉ねぎ・きゅうり・小松菜・パン缶	ごはん・砂糖・スパゲティ・油	666	34.8
22 水	ご飯・鶏肉のプレザー・付合せ(カリフラワー)・アスパラのツナマヨサラダ・コンソメスープ(大根 玉葱 パセリ)・抹茶ミルク寒天・牛乳	鶏もも肉・シーチキン・牛乳・牛乳	玉ねぎ・しめじ・カリフラワー・アスパラガス・ホールコーン・大根・寒天	ごはん・小麦粉・バター・三温糖・マヨネーズ	771	34.1
23 木	ご飯・豚肉のゴマ風味焼き・付合せ(ほうれん草 人参)・サラダで元気・味噌汁(モヤシ アケ ミツバ)・キャラメルマドレーヌ・牛乳	豚もも肉・ハム・油揚げ・牛乳・卵・牛乳	白ねぎ・ほうれん草・にんじん・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・塩昆布・もやし・みつば	ごはん・すりごま(白)・油・砂糖・キャラメルシロップ・ホットケーキミックス・バター	696	33.6
24 金	ご飯・白身魚のフライ・付合せ(トマト)・大根とベーコンのサラダ・コンソメスープ(ホウレン草 しめじ)・みかんのヨーグルトかけ・牛乳	メルルーサ・卵・ベーコン・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・トマト・大根・にんじん・ほうれん草・しめじ・みかん缶	ごはん・小麦粉・パン粉・油・マヨネーズ・砂糖	765	28.5
27 月	ご飯・魚のレモン風味(スプレー)・付合せ(アスパラ)・チーズポテト・コンソメスープ(インゲン 人参)・ピーチソースゼリー・牛乳	さけ・ベーコン・サイコロチーズ・牛乳	アスパラガス・ホールコーン・いんげん・にんじん・もも缶・寒天	ごはん・片栗粉・砂糖・じゃが芋	668	34.3
28 火	ご飯・ぶりかけ(おかか)・豆腐のそぼろあんかけ・胡瓜の小町和え・味噌汁(シメジ ワカメ)・レーズン蒸しパン・牛乳	ソフト豆腐・鶏ひき肉・卵・牛乳	グリーンピース・きゅうり・にんじん・しめじ・わかめ・レーズン	ごはん・三温糖・片栗粉・油・砂糖・すりごま(白)・ホットケーキミックス	701	30.6
29 水	ご飯・ホイコーロー・カリフラワーのサラダ・中華たまごスープ・アメリカンチェリー・牛乳	豚もも肉・ハム・卵・牛乳	しょうが・ピーマン・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・生しいたけ・カリフラワー・ホールコーン	ごはん・砂糖・かき油・油・片栗粉	663	31.3
30 木	ご飯・魚の照り焼き・付合せ(法蓮草のごま和え)・和風マカロニサラダ・味噌汁(玉葱 三ツ葉)・白玉きなこ・牛乳	さわら・ハム・きな粉・牛乳	ほうれん草・にんじん・玉ねぎ・きゅうり・みつば	ごはん・砂糖・すりごま(白)・マカロニ・油・白玉団子	731	34.7
31 金	くろロールパン・ポトフ・トマトとツナのサラダ・いちごミルクゼリー(寒天)・牛乳	ミートボール・シーチキン・牛乳	にんじん・キャベツ・玉ねぎ・生しいたけ・グリーンピース・トマト・きゅうり・ホールコーン・寒天	くろロールパン・油・砂糖	672	26.9

* 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

7日 こどもの日メニュー

20日 メロン

29日 アメリカンチェリー

