

# 6 月分 献立表

豊田市福祉事業団

カミカミ前期・モグモグ・ペースト食

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
1	月	おかゆ・魚のカレームニエル(軟)・付合せ(粉ふき芋)・トマトとベーコンのサラダ(軟)・コンソメスープ(キャベツ 人参)・パイン(軟)・牛乳	さわら・ベーコン・牛乳	トマト・きゅうり・コーンフレーク・キャベツ・にんじん・パイン缶	おかゆ・バター・片栗粉・じゃが芋・油・砂糖	379	19.1
2	火	おかゆ・お好み焼き風卵焼き(軟)・ブロッコリーと人参の酢和え・味噌汁(玉葱 貝割大根)・ふどうゼリー(寒天)・牛乳	卵・鶏ひき肉・かに風味かまぼこ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・キャベツ・ピーマン・青のり・ブロッコリー・貝割大根	おかゆ・ながいも・マヨネーズ・砂糖	345	17.4
3	水	おかゆ・豆腐の肉味噌かけ(軟)・南瓜の含め煮・すまし汁(えのきネギ ミツバ)・りんごケーキ(軟)・牛乳	豆腐・鶏ひき肉・牛乳	グリーンピース・南瓜・いんげん・えのき茸・ねぎ・みつば・りんご缶	おかゆ・三温糖・片栗粉・ホットケーキミックス	373	16.7
4	木	おかゆ・豚肉のマーマレード煮(軟)・付合せ(もやし)・ポパイサラダ(軟)・コンソメスープ(人参 コーン)・カルピスゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・豆腐・卵・シーチキン・牛乳	しょうが・もやし・ほうれん草・にんじん・コーンフレーク・寒天	おかゆ・マッシュポテト・マーマレード・片栗粉・マヨネーズ	465	19.2
5	金	おかゆ・赤魚の粕漬(軟)・付合せ(オクラ)・ひじきの煮付け(軟)・味噌汁(じゃが芋 玉葱 ネギ)・牛乳わらび餅・牛乳	赤魚粕漬(揚げ)・油揚げ・鶏ひき肉・牛乳・きな粉	オクラ・ひじき・にんじん・グリーンピース・玉ねぎ・ねぎ	おかゆ・三温糖・じゃが芋・わらびもち粉・砂糖	373	22.7
8	月	おかゆ・鶏肉のチーズパン粉焼(軟)・付合せ(カリフラワー)・アスパラのツナマヨサラダ(軟)・コンソメスープ(ほうれん草 椎茸)・ピーチソースゼリー・牛乳	鶏ひき肉・豆腐・パルメザンチーズ・卵・シーチキン・牛乳	カリフラワー・アスパラガス・コーンフレーク・ほうれん草・生しいたけ・もも缶・寒天	おかゆ・パン粉・三温糖・片栗粉・マヨネーズ・砂糖	394	19.9
9	火	おかゆ・魚の照り焼き(軟)・付合せ(インゲンコマ和え)・和風春雨サラダ(軟)・味噌汁(南瓜 玉葱 ネギ)・オレンジ(1/4個)・牛乳	さわら・ハム・牛乳	いんげん・きゅうり・にんじん・南瓜・玉ねぎ・ねぎ・オレンジ	おかゆ・砂糖・片栗粉・すりごま(白)・春雨・油	387	21.6
10	水	おかゆ・肉じゃが(軟)・小松菜としらすの和え物・味噌汁(なメネギ)・レーズン蒸しパン(軟)・牛乳	鶏ひき肉・しらす干し・牛乳	にんじん・玉ねぎ・グリーンピース・小松菜・もやし・なめこ・ねぎ・レーズン	おかゆ・じゃが芋・三温糖・砂糖・ホットケーキミックス	395	16.5
11	木	おかゆ・魚のマリネ(軟)・長芋とオクラのマヨサラダ(軟)・コンソメスープ(大根 舞茸)軟・洋なしゼリー・牛乳	さけ・ハム・牛乳	玉ねぎ・にんじん・オクラ・コーンフレーク・大根・まいたけ・洋なし缶・寒天	おかゆ・油・砂糖・片栗粉・ながいも・マヨネーズ	322	16.6
12	金	親子丼(軟)・ブロッコリーの胡麻味噌和え(軟)・すまし汁(エノキ カマホコネギ)・抹茶ミルク寒天・牛乳	鶏ひき肉・卵・だいず・かまぼこ・牛乳・ホイップクリーム植物性脂肪	玉ねぎ・みつば・生しいたけ・ブロッコリー・にんじん・えのき茸・ねぎ・寒天	三温糖・片栗粉・ごはん・砂糖・すりごま(白)	398	22.3
15	月	おかゆ・くちどけふりかけ(おかか昆布)・鶏肉のゴマ風味焼き(軟)・付合せ(人参)・磯香和え(軟)・味噌汁(じゃがいも 油揚げ)・みたら	鶏ひき肉・かに風味かまぼこ・油揚げ・牛乳	ねぎ・にんじん・ほうれん草・もやし・刻みのり	おかゆ・すりごま(白)・じゃが芋・砂糖・片栗粉	387	22.9
16	火	おかゆ・鶏のレモン風味(軟)・付合せ(ブロッコリー)・にんじんのマヨネーズサラダ・ふわふわスープ・角切りりんごゼリー・牛乳	鶏もも肉・シーチキン・白はんぺん・牛乳	ブロッコリー・にんじん・玉ねぎ・みつば・りんご缶・寒天	おかゆ・砂糖・マヨネーズ	382	18.9
17	水	おかゆ・白身魚のフライ(軟)・付合せ(トマト)・チーズポテト(軟)・コンソメスープ(インゲン 人参)・メロン・牛乳	メルルーサ・卵・ベーコン・サイコロチーズ・牛乳	玉ねぎ・トマト・コーンフレーク・いんげん・にんじん・メロン	おかゆ・マヨネーズ・砂糖・じゃが芋	388	16.8
18	木	おかゆ・麻婆豆腐(軟)・カニカマとキャベツの中華サラダ(軟)・中華スープ(春雨 じゃが芋 ネギ)・さつま芋蒸しパン(軟)・牛乳	豆腐・鶏ひき肉・かに風味かまぼこ・牛乳	ねぎ・生しいたけ・しょうが・キャベツ・きゅうり・コーンフレーク・わかめ	おかゆ・三温糖・片栗粉・ごま油・砂糖・春雨・ホットケーキミックス・さつまいも	367	16.8
19	金	おかゆ・魚のおろし煮・もやしのごまドレッシング和(軟)・味噌汁(コマツナ フ)・牛乳寒天・牛乳	さば・ハム・牛乳	大根・ねぎ・しょうが・もやし・にんじん・きゅうり・小松菜・寒天	おかゆ・油・砂糖・すりごま(白)・玉麩・ストロベリーソース	440	23.8
22	月	おかゆ・魚のピザ焼き(軟)・ブロッコリーのサラダ(軟)・コンソメスープ(キャベツ ベーコン)・ココアマフィン(軟)・牛乳	さわら・パルメザンチーズ・ベーコン・牛乳	ピーマン・玉ねぎ・生しいたけ・ブロッコリー・にんじん・コーンフレーク・いんげん・キャベツ	おかゆ・砂糖・片栗粉・油・ホットケーキミックス	420	19.0
23	火	おかゆ・豚肉の味噌わ焼き(軟)・付合せ(法連草)・じゃがいもの三杯酢(軟)・そうめん汁(ミツバ)・トマト寒天・牛乳	鶏ひき肉・ハム・牛乳	玉ねぎ・ねぎ・ほうれん草・きゅうり・しょうが・みつば・りんごジュース・寒天・りんご缶	おかゆ・砂糖・片栗粉・じゃが芋・そうめん	382	18.9
24	水	おかゆ・鶏肉のバター醤油焼(軟)・海藻サラダ(軟)・コンソメスープ(コマツナ トウモロコシ)・パインゼリー(寒天)・牛乳	鶏ひき肉・豆腐・卵・シーチキン・牛乳	玉ねぎ・ねぎ・にんじん・生しいたけ・わかめ・キャベツ・きゅうり・小松菜・パイン缶	おかゆ・パン粉・バター・片栗粉・油・砂糖	344	16.3
25	木	枝豆ごはん(軟)・カレーの漬焼き(軟)・付合せ(アスパラ)・きんぴら(軟)・味噌汁(玉葱 えのきネギ)・水ようかん・牛乳	カラスガレイ・牛乳	えだまめ・アスパラガス・ごぼう・にんじん・玉ねぎ・えのき茸・ねぎ・寒天	ごはん・砂糖・片栗粉・ごま油・すりごま(白)・こしあん	399	20.4
26	金	おかゆ・豚肉のカレー焼き(軟)・大根サラダ(軟)・コンソメスープ(ほうれん草 人参)・バナナ(軟)・牛乳	豚もも肉・豆腐・卵・シーチキン・牛乳	ピーマン・玉ねぎ・大根・コーンフレーク・ほうれん草・にんじん・バナナ	おかゆ・マッシュポテト・片栗粉・マヨネーズ	392	17.7
29	月	おかゆ・ポトフ(軟)・切り干し大根のサラダ(軟)・南瓜とレーズンのケーキ(軟)・牛乳	ミートボール・牛乳・卵	にんじん・キャベツ・玉ねぎ・生しいたけ・グリーンピース・ほうれん草・切干大根・南瓜ペースト・レーズン	おかゆ・すりごま(白)・マヨネーズ・砂糖・バター・小麦粉	472	15.8
30	火	おかゆ・魚のピリカラフル(軟)・ころ玉炒め(軟)・豆腐と椎茸のスープ(軟)・みかんのヨーグルトかけ・牛乳	さわら・卵・豆腐・ヨーグルト・牛乳	ピーマン・にんじん・コーンフレーク・ねぎ・にら・もやし・玉ねぎ・生しいたけ・みかん缶	おかゆ・砂糖・ごま油・片栗粉	346	18.4

\* 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  
5日 牛乳わらび餅 17日 メロン  
23日 そうめん汁、トマト寒天  
25日 枝豆ごはん、水ようかん

\* 新型コロナウイルスの影響で、材料の調達が不透明なため、しばらくパンと麺類の提供を中止します。

