

# 8 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
3	月	ご飯・魚の味噌だれかけ・付合せ(人参)・きゅうりとわかめの酢の物・すまし汁(冬瓜 みつば)・白玉だんご・牛乳	さば・しらす干し・牛乳	しょうが・にんじん・きゅうり・わかめ・とうがん・みつば	ごはん・三温糖・すりごま(白)・砂糖・やわらか福もち(白)・こしあん	511	24.0
4	火	ロールパン(こども)・チリコンカン・和風切干大根のサラダ・コンソメスープ(キャベツ・舞茸)・すいか・牛乳	合挽肉・だいず・牛乳	玉ねぎ・ホールコーン・トマト缶詰・ほうれん草・切干大根・キャベツ・まいたけ・すいか	ロールパン・じゃが芋・油・三温糖・砂糖・すりごま(白)	442	19.1
5	水	ご飯・かに玉・ハムとブロッコリーの中巻サラダ・中華スープ(青梗菜 えのき)・ココアマドレーヌ・牛乳	卵・かに風味かまぼこ・ハム・牛乳	生しいたけ・たけのこ・ねぎ・しょうが・ブロッコリー・ホールコーン・チンゲン菜・えのき茸	ごはん・油・砂糖・片栗粉・ごま油・ホットケーキミックス・バター	483	19.9
6	木	ご飯・魚の蒲焼風・付合せ(オクラ)・和風スパゲティサラダ・味噌汁(玉葱 わかめ)・ぶどうゼリー(寒天)・牛乳	さわら・ベーコン・牛乳	しょうが・オクラ・にんじん・玉ねぎ・きゅうり・わかめ・ぶどうジュース・寒天	ごはん・片栗粉・小麦粉・三温糖・スパゲティ・砂糖・油	524	24.2
7	金	ご飯・チキンカツ・付合せ(キャベツ)・トマトとツナのサラダ・コンソメスープ(モヤシ・人参)・牛乳寒天・牛乳	鶏もも肉・シーチキン・牛乳	キャベツ・トマト・きゅうり・ホールコーン・もやし・にんじん・寒天・みかん缶	ごはん・小麦粉・パン粉・油・砂糖	499	19.0
18	火	ハヤシライス・枝豆とカニカマのサラダ・洋梨蒸しパン・牛乳	豚もも肉・かに風味かまぼこ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・大根・キャベツ・えだまめ・ホールコーン・洋なし缶	じゃが芋・油・ごはん・すりごま(白)・マヨネーズ・ホットケーキミックス	537	18.6
19	水	ご飯・白身魚のカレーフライ・付合せ(ブロッコリー)・マカロニサラダ・ウインナースープ・ぶどう(ピオーネ)・牛乳	メルルーサ・ハム・ウインナー・牛乳	ブロッコリー・にんじん・きゅうり・玉ねぎ・ピオーネ	ごはん・小麦粉・パン粉・油・マカロニ・マヨネーズ	534	22.8
20	木	ご飯・厚揚げの卵とじ・キャベツのゴマ酢あえ・すまし汁(トロ昆布・オクラ・ネギ)・牛乳わらび餅・牛乳	生揚げ・卵・鶏むね肉・牛乳・きな粉	玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・キャベツ・きゅうり・とろろ昆布・オクラ・ねぎ	ごはん・油・三温糖・砂糖・白炒りごま・ごま油・わらびもち粉	521	22.2
21	金	ご飯・ふりかけ(おかか)・豚肉のくわ焼き・付合せ(キュウリ)・和風ポパイサラダ・味噌汁(じゃがいも インゲン)・角切りももゼリー・牛乳	豚もも肉・シーチキン・牛乳	玉ねぎ・きゅうり・ほうれん草・にんじん・いんげん・もも缶・寒天	ごはん・砂糖・油・片栗粉・じゃが芋	479	22.4
24	月	冷やし中華・シウマイ・付合せ(トマト・ブロッコリー)・かぼちゃプリン(寒天)・牛乳	錦糸卵・ハム・シウマイ・牛乳	にんじん・きゅうり・ブロッコリー・トマト・南瓜ペースト・寒天	中華めん・マヨネーズ・砂糖・ホットケーキシロップ	463	18.2
25	火	ご飯・魚のマヨネーズ焼き・カリフラワーのサラダ・モロヘイヤのスープ・バナナ・牛乳	さけ・パルメサンチーズ・鶏ひき肉・牛乳	しめじ・玉ねぎ・カリフラワー・にんじん・ホールコーン・いんげん・モロヘイヤ・バナナ	ごはん・マヨネーズ・パン粉・砂糖・油・片栗粉	497	21.4
26	水	ご飯・ゆで豚の甘味噌かけ・長芋とオクラの酢の物・すまし汁(豆腐 エノキ ミツバ)・パインのヨーグルトかけ・牛乳	豚もも肉・かに風味かまぼこ・豆腐・ヨーグルト・牛乳	しょうが・キャベツ・きゅうり・にんじん・わかめ・オクラ・えのき茸・みつば・パイン缶	ごはん・砂糖・片栗粉・ながいも	459	22.9
27	木	食パン(こども)・ジャム(りんご)・イタリアンチキン・ブロッコリーのマヨネーズサラダ・コンソメスープ(大根 まいたけ)・みかん寒天・牛乳	鶏もも肉・パルメサンチーズ・ハム・牛乳	玉ねぎ・トマト缶詰・トマトピューレ・ブロッコリー・にんじん・ホールコーン・大根・まいたけ・みかん缶	食パン・りんごジャム・三温糖・バター・マヨネーズ・砂糖	483	23.0
28	金	ご飯・カレイの粕漬焼き・付合せ(アスパラ)・ひじきの五目煮・味噌汁(わかめ・ネギ)・サイコロチーズ蒸しパン・牛乳	カラスガレイ・だいず・豚もも肉・サイコロチーズ・牛乳	アスパラガス・ひじき・にんじん・グリーンピース・なめこ・ねぎ	ごはん・油・三温糖・ホットケーキミックス	513	24.9
31	月	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)・リンゴのすりおろしゼリー(寒)・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・りんごジュース・りんご缶詰	ごはん・片栗粉・バター・マヨネーズ	472	20.4

\* 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

- 4日 すいか
- 19日 ぶどう(ピオーネ)
- 20日 牛乳わらびもち
- 24日 冷やし中華
- 25日 モロヘイヤのスープ

