

10 月分 献立表

豊田市福祉事業団

かみかみ前期・もぐもぐ・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
3	月	おかゆ・ふりかけ・魚のピザ焼き(軟)・南瓜サラダ(ハム)(軟)・コンソメスープ(ほうれん草 もやし)(軟)・梨のコンポート・牛乳	ホキ・パルメザンチーズ・ハム・牛乳	ピーマン・玉ねぎ・生しいたけ・南瓜・ほうれん草・もやし・梨	おかゆ・砂糖・片栗粉・マヨネーズ	364	20.7
4	火	おかゆ・鶏の照り煮(軟)・付合せ(オクラ)・骨太サラダ(軟)・味噌汁(大根 エノキ)・ヨーグルトゼリー(寒天)・牛乳	鶏もも肉・干しえび・シーチキン・ヨーグルト・牛乳	オクラ・ひじき・キャベツ・きゅうり・トウモロコシフレク・大根・えのき茸・寒天・もも缶	おかゆ・三温糖・砂糖・マカロニ・マヨネーズ・すりごま(白)	426	20.0
5	水	おかゆ・肉じゃが(軟)・小松菜としらすの和え物・味噌汁(シタケ ワカメ 葱)・ココア蒸しパン(軟)・牛乳	鶏ひき肉・しらす干し・かつお節・牛乳	にんじん・玉ねぎ・グリーンピース・小松菜・もやし・生しいたけ・わかめ・ねぎ	おかゆ・じゃが芋・三温糖・砂糖・ホットケーキミックス	368	15.8
6	木	おかゆ・魚の味噌マヨ焼き(軟)・付合せ(キュウリ)・大根と生揚げの煮物(軟)・かき玉汁(オクラ)(軟)・手作りうどん(軟)・牛乳	まだら・豆腐・卵・牛乳	きゅうり・大根・にんじん・グリーンピース・オクラ	おかゆ・砂糖・マヨネーズ・三温糖・片栗粉	346	19.5
7	金	きのこのスパゲティ(軟)・ハムサラダ(軟)・コンソメスープ・みかん寒天・牛乳	鶏ひき肉・ハム・牛乳	えのき茸・生しいたけ・玉ねぎ・刻みのり・きゅうり・キャベツ・コンクリームスープ・みかん缶	マカロニ・油・砂糖	389	18.9
11	火	おかゆ・豚肉のゴマ風味焼き(軟)・付合せ(ブロッコリー)・春雨サラダ(軟)・味噌汁(トウワカメ ネギ)・ホイマフィン(軟)・牛乳	豚もも肉・ハム・豆腐・牛乳	ねぎ・ブロッコリー・きゅうり・にんじん・わかめ・ほうれん草うらごし	おかゆ・すりごま(白)・春雨・マヨネーズ・ホットケーキミックス・砂糖・バター	458	21.8
12	水	おかゆ・鮭のホイル焼き(軟)・れんこんサラダ(軟)・コンソメスープ(キャベツ ベーコン)・牛乳寒天・牛乳	さけ・かに風味かまぼこ・ベーコン・牛乳	生しいたけ・ピーマン・玉ねぎ・にんじん・えのき茸・れんこん・キャベツ・えだまめ・トウモロコシフレク	おかゆ・バター・すりごま(白)・マヨネーズ・砂糖・ストロベリーソース	352	22.3
13	木	おかゆ・切干大根のオムレツ(軟)・南瓜のそぼろあんかけ・味噌汁(モヤシ アゲ ネギ)・パインゼリー(寒天)・牛乳	卵・シーチキン・鶏ひき肉・油揚げ・牛乳	切干大根・生しいたけ・小松菜・南瓜・グリーンピース・もやし・ねぎ・パインジュース・寒天	おかゆ・三温糖・片栗粉・砂糖	376	17.1
14	金	パン粥(コンソメ)・さつまいもシチュー(軟)・青梗菜とベーコンのソテー(軟)・柿(1/4個)・牛乳	鶏ひき肉・ベーコン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・セロリー・チンゲン菜・もやし・えのき茸・かき	食パン・バター・さつまいも	422	15.0
17	月	高野豆腐のそぼろ丼(軟)・長芋とオクラのマヨサラダ(軟)・かしわ汁・ブルーベリーヨーグルト・牛乳	高野豆腐・しらす干し・シーチキン・鶏ひき肉・ヨーグルト・牛乳	にんじん・たけのこ・生しいたけ・グリーンピース・オクラ・トウモロコシフレク・ごぼう・大根	油・三温糖・おかゆ・長芋・マヨネーズ・砂糖	353	16.3
18	火	おかゆ・白身魚のフライ(軟)・付合せ(トマト)・ほうれん草のナムル(軟)・ジュリアンスープ・りんごのコンポート・牛乳	バサ・卵・ベーコン・牛乳	玉ねぎ・トマト・ほうれん草・もやし・刻みのり・にんじん・セロリー・りんご	おかゆ・マヨネーズ・砂糖・すりごま(白)・ごま油	423	19.7
19	水	おかゆ・タンポポチキン(カレー風味)(軟)・付合せ(アスパラ)・コロコロサラダ(軟)・コンソメスープ(白菜 椎茸)・ピーチゼリー・牛乳	鶏ひき肉・豆腐・卵・ハム・牛乳	玉ねぎ・アスパラガス・にんじん・トウモロコシフレク・グリーンピース・白菜・生しいたけ・もも缶・寒天	おかゆ・パン粉・三温糖・片栗粉・じゃが芋・マヨネーズ・シロップ・砂糖	408	16.3
20	木	おかゆ・華風炒め(軟)・ツナとブロッコリーの中華サラダ(軟)・もずくスープ・洋梨蒸しパン(軟)・牛乳	鶏ひき肉・シーチキン・豆腐・牛乳	白菜・ピーマン・にんじん・たけのこ・ブロッコリー・トウモロコシフレク・もずく・しょうが・洋なし缶	おかゆ・砂糖・片栗粉・ごま油・ホットケーキミックス	397	20.6
21	金	おかゆ・魚の味噌煮(軟)・付合せ(大根)・キュウリとわかめの酢の物(軟)・すまし汁(えのき ネギ ミツバ)・キャラメルミルクゼリー(寒天)・牛乳	さば・しらす干し・牛乳	しょうが・大根・きゅうり・わかめ・えのき茸・ねぎ・みつば・寒天	おかゆ・砂糖・片栗粉・キャラメルシロップ	397	22.1
24	月	おかゆ・魚のレモン風味・付合せ(小松菜 人参)・フライドパンチン(軟)・コンソメスープ(大根 舞茸)・リンゴのすりおろしゼリー・牛乳	さけ・牛乳	小松菜・にんじん・南瓜・大根・まいたけ・りんごジュース・りんご缶詰・寒天	おかゆ・砂糖・片栗粉・バター	336	20.2
25	火	薩摩芋かゆ・鶏肉のくわ焼き(軟)・法蓮草のなめ茸和え(軟)・すまし汁(玉麴 みつば)・パインのヨーグルトかけ・牛乳	鶏ひき肉・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・いんげん・ほうれん草・もやし・にんじん・なめたけ・みつば・パイン缶	さつま芋・おかゆ・すりごま(白)・砂糖・片栗粉・玉麴	368	18.8
26	水	おかゆ・豆腐ハンバーグきのこソース(軟)・花野菜のミモササラダ(軟)・コンソメスープ(モヤシ ワカメ)・みかん(1個)・牛乳	豆腐・鶏ひき肉・卵・牛乳	にんじん・玉ねぎ・えのき茸・生しいたけ・まいたけ・ブロッコリー・カリフラワー・もやし・わかめ	おかゆ・パン粉・片栗粉・胡麻ドレッシング	359	18.0
27	木	パン粥(ミルク)・鶏肉のケチャップ揚げ(軟)・付合せ(インゲン)・海藻サラダ(軟)・白菜のスープ(軟)・人参ゼリー(寒天)・牛乳	鶏もも肉・シーチキン・かに風味かまぼこ・牛乳	いんげん・わかめ・キャベツ・きゅうり・白菜・トウモロコシフレク・貝割大根・にんじらうらごし・寒天	食パン・三温糖・油・砂糖	401	20.9
28	金	おかゆ・魚の照り焼き(軟)・付合せ(法蓮草)(軟)・切干大根の煮付(軟)・味噌汁(じゃが芋 玉葱 ネギ)・白玉きなこ(軟)・牛乳	さわら・白はんぺん・きな粉・牛乳	ほうれん草・切干大根・にんじん・グリーンピース・玉ねぎ・ねぎ	おかゆ・砂糖・片栗粉・三温糖・じゃが芋	375	22.3
31	月	おかゆ・大根のそぼろ煮(主菜)・ブロッコリーのマヨネーズサラダ(軟)・味噌汁(エノキ アゲ)・かぼちゃプリン(ゼラチン)・牛乳	鶏ひき肉・ハム・油揚げ・ゼラチン・牛乳	大根・ねぎ・にんじん・生しいたけ・しょうが・ブロッコリー・トウモロコシフレク・えのき茸	おかゆ・油・三温糖・片栗粉・マヨネーズ・砂糖・ホットケーキシロップ	371	17.1

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。
 * 献立作成システムの都合により、使用しているすべての食材を表示できない日があります。
 * 季節の献立
 3日 梨 7日 きのこスパゲティ 14日 さつまいもシチュー・柿
 18日 りんご 25日 さつまいもごはん 26日 豆腐ハンバーグきのこソース・みかん
 * 新メニュー(豊田市の給食献立より)
 4日 骨太サラダ 17日 かしわ汁

