

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
2	月	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・こどもの日ゼリー・牛乳	ハム・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・ゼリー	665	24.4
6	金	ご飯・鶏肉のバター醤油焼・南瓜サラダ(ゆで卵)・コンソメスープ(ホウレン草・コーン)・角切りパイんゼリー(寒天)・牛乳	鶏もも肉・卵・牛乳	玉ねぎ・にんじん・しめじ・南瓜・きゅうり・ほうれん草・ホールコーン・パイん缶	ごはん・バター・マヨネーズ・砂糖	728	26.5
9	月	ご飯・魚の蒲焼風・付合せ(オクラ)・切干大根の煮付け・味噌汁(モヤシ・ワカメ・ネギ)・バナナ・牛乳	さわら・さつま揚げ・牛乳	しょうが・オクラ・切干大根・にんじん・グリーンピース・もやし・わかめ・ねぎ・バナナ	ごはん・片栗粉・小麦粉・三温糖	697	32.0
10	火	食パン・ジャム(いちご)・ポークビーンズ・ハムサラダ・コンソメスープ(白菜・椎茸)・りんごのヨーグルトかけ・牛乳	豚もも肉・だいず・ベーコン・ハム・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・きゅうり・キャベツ・白菜・生しいたけ・りんご缶	食パン・いちごジャム・じゃが芋・三温糖・油・砂糖	732	28.8
11	水	ご飯・白身魚のフライ・付合せ(トマト)・ほうれん草のナムル・マカロニスープ・オレンジゼリー(寒天)・牛乳	メルルーサ・卵・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・オレンジジュース	ごはん・小麦粉・パン粉・油・マヨネーズ・砂糖・白炒りごま・ごま油	727	26.7
12	木	ご飯・鶏の照り煮・付合せ(キュウリ)・長芋のツナマヨネーズ・味噌汁(豆腐・人参・ネギ)・マドレーヌ・牛乳	鶏もも肉・シーチキン・豆腐・卵・牛乳	きゅうり・いんげん・玉ねぎ・にんじん・ねぎ	ごはん・片栗粉・三温糖・ながいも・マヨネーズ・ホットケーキミックス・バター・砂糖	809	32.1
13	金	ご飯・豚肉の味噌くわ焼き・春雨の酢の物・つみれ汁・いちごミルクゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・ハム・いわしのつみれ・牛乳	玉ねぎ・なす・ねぎ・きゅうり・にんじん・大根・寒天	ごはん・砂糖・油・片栗粉・春雨・ごま油	731	33.7
16	月	ご飯・じゃがいものそぼろ煮・ツナとブロッコリーのサラダ・味噌汁(シメジ・キャベツ)・ブルーベリーヨーグルト・牛乳	豚ひき肉・シーチキン・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・にんじん・しょうが・グリーンピース・ブロッコリー・ホールコーン・キャベツ・しめじ	ごはん・じゃが芋・油・三温糖・片栗粉・砂糖・油	715	27.5
17	火	ご飯・魚のレモン風味・付合せ(インゲンソテー)・カリフラワーと卵のサラダ・にんじんとわかめのスープ・角切りももゼリー・牛乳	さけ・卵・ベーコン・牛乳	いんげん・カリフラワー・にんじん・わかめ・もも缶・寒天	ごはん・片栗粉・砂糖・油・マヨネーズ	667	31.9
18	水	ご飯・鶏肉のチーズパン粉焼き・付合せ(ブロッコリー)・トマトとツナのサラダ・コンソメスープ(もやし・舞茸)・バナナ蒸しパン・牛乳	鶏ささみ・パルメザンチーズ・シーチキン・牛乳	ブロッコリー・トマト・きゅうり・ホールコーン・もやし・まいたけ・バナナ	ごはん・小麦粉・パン粉・油・砂糖・ホットケーキミックス	675	32.2
19	木	ご飯・魚の味噌煮・付合せ(人参)・大根ときゅうりのサラダ・すまし汁(エノキ・オクラ・ミツバ)・抹茶ミルク寒天・牛乳	さば・かに風味かまぼこ・生クリーム・牛乳	しょうが・にんじん・大根・きゅうり・えのき茸・オクラ・みつば・寒天	ごはん・砂糖・マヨネーズ・すりごま(白)	724	31.1
20	金	焼きそば・シュウマイ・付合せ(法蓮草)・中華スープ(豆腐・ニラ)・オレンジ(1/4個)・牛乳	豚もも肉・ちくわ・シュウマイ・豆腐・牛乳	キャベツ・にんじん・ほうれん草・にら・オレンジ	蒸し中華めん・油・ごま油	682	27.2
23	月	ご飯・魚のピザ焼き・コロコロサラダ・コンソメスープ(コマツナ・大根)・洋梨蒸しパン・牛乳	さけ・パルメザンチーズ・ハム・牛乳	ピーマン・玉ねぎ・しめじ・にんじん・ホールコーン・グリーンピース・小松菜・大根・洋なし缶	ごはん・じゃが芋・マヨネーズ・ホットケーキミックス	682	34.3
24	火	ご飯・鶏肉の竜田揚げ・付合せ(人参)・法蓮草とじゃこの和え物・味噌汁(じゃが芋・玉葱・ネギ)・サウゼリー(寒天)・牛乳	鶏もも肉・しらす干し・牛乳	しょうが・にんじん・ほうれん草・キャベツ・玉ねぎ・ねぎ・寒天	ごはん・片栗粉・油・砂糖・じゃが芋	712	28.6
25	水	ご飯・豚肉の生姜焼き・付合せ(法蓮草)・マカロニサラダ・すまし汁(豆腐・エノキ・ミツバ)・アメリカンチェリー・牛乳	豚もも肉・シーチキン・豆腐・牛乳	しょうが・ほうれん草・キャベツ・にんじん・きゅうり・えのき茸・みつば・アメリカンチェリー	ごはん・油・砂糖・片栗粉・マカロニ・マヨネーズ	737	34.0
26	木	くろロールパン・オムレツ～ハヤシソース～・アスパラサラダ・コンソメスープ(キャベツ・ベーコン)・りんごゼリー(寒天)・牛乳	オムレツ・豚もも肉・サイコロチーズ・ベーコン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・しめじ・アスパラガス・きゅうり・キャベツ・りんごジュース・寒天	くろロールパン・バター	665	27.0
27	金	ご飯・魚の塩焼き・付合せ(オクラ)・大根とさつま揚げの煮物・味噌汁(玉葱・ワカメ・ネギ)・みたらし団子・牛乳	塩さば・さつま揚げ・牛乳	オクラ・大根・にんじん・グリーンピース・玉ねぎ・わかめ・ねぎ	ごはん・砂糖・白玉団子・片栗粉	732	33.3
30	月	ご飯・蒸し鶏中華風・付合せ(トマト・キャベツ)・春雨とカニカマのサラダ・中華スープ(青梗菜・椎茸)・メロン・牛乳	鶏もも肉・かに風味かまぼこ・錦糸卵・牛乳	ねぎ・トマト・キャベツ・きゅうり・わかめ・チンゲン菜・生しいたけ・メロン	ごはん・胡麻ドレッシング・春雨・マヨネーズ・すりごま(白)	737	27.7
31	火	ご飯・ふりかけ・魚の味噌マヨ焼き・付合せ(南瓜)・和風切干大根サラダ・すまし汁(エノキ・カマボコ・ミツバ)・チーズ入りおからケーキ・牛乳	メルルーサ・かまぼこ・おから・サイコロチーズ・卵・牛乳	南瓜・ほうれん草・切干大根・えのき茸・みつば	ごはん・マヨネーズ・砂糖・すりごま(白)・油・ホットケーキミックス・バター	719	32.4

* 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
 2日 こどもの日メニュー
 25日 アメリカンチェリー
 30日 メロン

