

# 8 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
1	月	ご飯・鮭のねぎ味噌焼き・付合せ(インゲン)・冬瓜の薄くず煮・すまし汁(エキ カマボコミツパ)・白玉だんご・牛乳	さけ・鶏もも肉・かまぼこ・牛乳	しょうが・ねぎ・いんげん・とうがん・干し椎茸・にんじん・グリーンピース・えのき茸・みつば	ごはん・砂糖・油・三温糖・片栗粉・白玉団子・こしあん	672	32.6
2	火	食パン・ジャム(りんご)・チリコンカン・コールスローサラダ・コンソメスープ(ホウレン草 もやし)・ミルクゼリー(寒天)・牛乳	合挽肉・だいず・牛乳	玉ねぎ・ホールコーン・トマト缶詰・キャベツ・にんじん・きゅうり・みかん缶・ほうれん草・もやし	食パン・りんごジャム・じゃが芋・油・三温糖・砂糖	754	29.2
3	水	ご飯・鶏の照り煮・付合せ(キャベツ)・胡瓜の小町和え・味噌汁(南瓜 油揚 ネギ)・りんごゼリー(寒天)・牛乳	鶏もも肉・卵・油揚げ・牛乳	キャベツ・きゅうり・にんじん・南瓜・ねぎ・りんごジュース・寒天	ごはん・片栗粉・三温糖・油・砂糖・すりごま(白)	698	29.8
4	木	ご飯・魚のラビゴットソース・じゃが芋とウインナーのカレーソーサー・モロヘイヤのスープ・バナナ・牛乳	メルルーサ・ウインナー・鶏ひき肉・牛乳	黄ピーマン・赤ピーマン・きゅうり・にんじん・いんげん・モロヘイヤ・玉ねぎ・バナナ	ごはん・片栗粉・油・砂糖・じゃが芋	732	25.9
5	金	ご飯・豚肉の生姜焼き・付合せ(トマト)・長芋のツナマヨネーズ・すまし汁(豆腐 ワカメ ネギ)・ブルーベリーヨーグルト・牛乳	豚もも肉・シーチキン・豆腐・ヨーグルト・牛乳	しょうが・トマト・オクラ・玉ねぎ・わかめ・ねぎ	ごはん・油・砂糖・片栗粉・長芋・マヨネーズ	731	34.2
17	水	ハヤシライス・じゃこサラダ・梨(1/6個)・牛乳	豚もも肉・しらす干し・牛乳	玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・キャベツ・きゅうり・梨	じゃが芋・油・ごはん・砂糖・ごま油	712	25.4
18	木	ご飯・かに玉・中華風ソーサー・青梗菜と春雨のスープ・パンナコッタ(寒天)・牛乳	卵・かに風味かまぼこ・豚もも肉・牛乳	生しいたけ・たけのこ・ねぎ・しょうが・キャベツ・玉ねぎ・もやし・にんじん・ピーマン	ごはん・油・砂糖・片栗粉・ごま油・かき油・春雨・すりごま(白)	690	27.1
19	金	ご飯・揚げ鶏のおろしだれ・ツナとブロッコリーのサラダ・味噌汁(シメジ ワカメ 葱)・みかん寒天・牛乳	鶏もも肉・シーチキン・牛乳	大根・大葉・ブロッコリー・ホールコーン・しめじ・わかめ・ねぎ・みかん缶・寒天	ごはん・小麦粉・油・砂糖・油	730	30.5
22	月	ご飯・魚のカレームニエル・付合せ(粉ふき芋)・マカロニサラダ・コンソメスープ(モヤシ インゲン)・すいか・牛乳	パサ・ハム・牛乳	にんじん・きゅうり・玉ねぎ・もやし・いんげん・すいか	ごはん・小麦粉・バター・じゃが芋・マカロニ・マヨネーズ	724	28.9
23	火	ご飯・ふりかけ・高野豆腐の卵とじ・大根サラダ・味噌汁(ホウレン草 フ)・角切りももゼリー・牛乳	高野豆腐・鶏ひき肉・卵・シーチキン・牛乳	にんじん・玉ねぎ・グリーンピース・大根・ホールコーン・ほうれん草・もも缶・寒天	ごはん・じゃが芋・砂糖・片栗粉・マヨネーズ・玉麩	691	28.8
24	水	ご飯・ゆで豚の甘味噌かけ・南瓜のごま炒め・すまし汁(冬瓜 みつば)・みかんのヨーグルトかけ・牛乳	豚もも肉・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・南瓜・ピーマン・生しいたけ・とうがん	ごはん・砂糖・片栗粉・すりごま(白)・油	675	27.5
25	木	くろロールパン・イタリアンチキン・カリフラワーのサラダ・コンソメスープ(キャベツ ベーコン)・豆乳ゼリー(寒天)・牛乳	鶏もも肉・パルメザンチーズ・ベーコン・豆乳・牛乳	玉ねぎ・トマト缶詰・トマトピューレ・カリフラワー・にんじん・ホールコーン・いんげん・キャベツ・寒天	くろロールパン・三温糖・バター・砂糖・油	704	33.5
26	金	ご飯・煮魚・付合せ(オクラ)・ひじきのサラダ・味噌汁(大根 エキ ネギ)・牛乳わらび餅・牛乳	くろめぬけ・ちくわ・きな粉・牛乳	しょうが・オクラ・ひじき・きゅうり・にんじん・大根・えのき茸・ねぎ	ごはん・砂糖・マヨネーズ・すりごま(白)・わらびもち粉	679	32.5
29	月	冷やし中華・シウマイ・付合せ(ブロッコリー トマト)・かぼちゃプリン(寒天)・牛乳	錦糸卵・ハム・ホークシューマイ・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	663	26.3
30	火	ご飯・豚肉のオレンジジュース煮・グリーンサラダ(いんげん)・コンソメスープ(キャベツ 舞茸)・サワーゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・サイコロチーズ・牛乳	オレンジジュース・玉ねぎ・ピーマン・にんじん・いんげん・きゅうり・キャベツ・まいたけ・寒天	ごはん・小麦粉・油・バター・砂糖	667	30.3
31	水	ご飯・カレーの漬け焼き・付合せ(小松菜 もやし)・じゃが芋と薩摩揚げの煮物・味噌汁(豆腐 なめこ ネギ)・パイ・牛乳	カラスガレイ・さつま揚げ・豆腐・牛乳	小松菜・もやし・にんじん・玉ねぎ・グリーンピース・なめこ・ねぎ・パイ	ごはん・じゃが芋・砂糖	680	28.7

\* 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  
 1日 冬瓜のくず煮 4日 モロヘイヤのスープ  
 17日 梨 22日 すいか  
 26日 牛乳わらび餅 29日 冷やし中華

