

8 月分 献立表

豊田市障がい者総合支援センター

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・豚肉のゴマ風味焼き・付合せ(人参、いんげん)塩・南瓜の含め煮・味噌汁(玉葱 三つ葉)・すいか	豚もも肉	白ねぎ・にんじん・いんげん・南瓜・オクラ・玉ねぎ・みつば・すいか	ごはん・すりごま(白)・油・砂糖	685	26.1
2 火	ご飯・魚のめんたいマヨ焼き・付合せ(法連草)しょうゆ・夏野菜とチーズのサラダ・コンソメスープ(キャベツ人参コーン)・りんご蒸しパン	ホキ・辛子明太子・サイコロチーズ	玉ねぎ・ほうれん草・きゅうり・トマト・オクラ・いんげん・キャベツ・にんじん・ホールコーン	ごはん・マヨネーズ・油・砂糖・ホットケーキミックス	674	27.1
3 水	ご飯・ぎせい豆腐・付合せ(アスパラお浸し)・長芋のツナマヨネーズ・味噌汁(モヤシ アケ ワカメ)水ようかん	水切り豆腐・鶏ひき肉・卵・かつお節・シーチキン・油揚げ	にんじん・生しいたけ・しょうが・グリーンピース・アスパラガス・いんげん・玉ねぎ・もやし・わかめ	ごはん・砂糖・片栗粉・ながいも・マヨネーズ・こしあん	672	25.5
4 木	食パン・マーメレードジャム・鶏肉のチーズパン粉焼き・付合せ(キャベツ・人参)・トマトとベーコンのサラダ・コンソメスープ(ほうれん草)・バナナ	鶏もね肉・パルメザンチーズ・ベーコン	キャベツ・にんじん・トマト・きゅうり・ホールコーン・ほうれん草・しめじ・バナナ	食パン・マーメレード・小麦粉・パン粉・油・砂糖	667	34.4
5 金	ご飯・魚の味噌煮・付合せ(大根)味噌無し・もやしのごまドレッシング和え・すまし汁(豆腐 ネギ)・ピーチゼリー(寒天)	さば・ハム・木綿豆腐	しょうが・大根・もやし・きゅうり・にんじん・ねぎ・もも缶・もも缶シロップ・寒天	ごはん・砂糖・油・すりごま(白)	734	27.9
8 月	ご飯・鶏肉の山椒焼き・付合せ(オクラ・トマト)・胡瓜のおかか和え・味噌汁(キャベツ 玉葱 ネギ)・パイン	鶏もも肉・卵・かつお節	オクラ・トマト・きゅうり・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・ねぎ・パイン	ごはん・砂糖・片栗粉・油	673	25.5
9 火	ご飯・ポークチャップ・付合せ(粉ふき芋・パセリ)・ブロッコリーのマヨネーズサラダ・わかめスープ(コンソメ)・チョコミルクゼリー(寒天)	豚もも肉・ハム・牛乳	玉ねぎ・しめじ・ブロッコリー・にんじん・ホールコーン・わかめ・ねぎ・寒天	ごはん・油・砂糖・バター・片栗粉・じゃが芋・マヨネーズ・チョコシロップ	739	26.9
10 水	ご飯・魚の照り焼き・付合せ(カリフラワー)塩・五色和え・味噌汁(大根 油揚げ ネギ)・キャラメルトレーヌ	くろめぬけ・ちくわ・油揚げ・卵・牛乳	カリフラワー・キャベツ・にんじん・きゅうり・大根・ねぎ	ごはん・砂糖・片栗粉・すりごま(白)・バター・ホットケーキミックス・キャラメルシロップ	665	28.7
12 金	ご飯・えだ豆とツナのキッシュ・付合せ(ブロッコリー)・法連草ときのこのソテー・コンソメスープ(人参 タマネギ コーン)・角切りリンゴゼリー(寒天)	卵・シーチキン・牛乳	えだまめ・ブロッコリー・ほうれん草・しめじ・えのき茸・にんじん・玉ねぎ・ホールコーン・りんご缶	ごはん・じゃが芋・油・砂糖	661	23.6
17 水	ご飯・鶏肉のカレー照り焼き・付合せ(人参・アスパラ)塩・森のサラダ(手作トナリ)・味噌汁(ほうれん草 フ)・オレンジ(1/4個)	鶏もも肉・シーチキン	アスパラガス・にんじん・生しいたけ・えのき茸・玉ねぎ・ほうれん草・オレンジ	ごはん・小麦粉・スパゲティ・砂糖・油・玉麩	729	28.0
18 木	ご飯・魚のごま味噌焼き・付合せ(モヤシ・人参)しょうゆ・胡瓜とチーズのおろし和え・すまし汁(エノキ カマボコミツバ)・ハインゼリー(寒天)	さけ・サイコロチーズ・かまぼこ	もやし・にんじん・大根・きゅうり・えのき茸・みつば・パインジュース・寒天	ごはん・砂糖・すりごま(白)	636	30.4
19 金	ご飯・麻婆なす・拌三絲(カニカマ)・中華スープ(豆腐 ワカメ ネギ)・マラーカオ	豚ひき肉・かに風味かまぼこ・木綿豆腐・卵・牛乳	なす・にんじん・白ねぎ・しょうが・グリーンピース・きゅうり・わかめ・ねぎ	ごはん・ごま油・砂糖・片栗粉・春雨・ホットケーキミックス	724	22.3
22 月	ご飯・魚のムニエル・付合せ(人参・ブロッコリー)塩・カリフラワーと卵のサラダ・コンソメスープ(もやし 舞茸)・マスカットゼリー	バサ・鶏卵水煮	ブロッコリー・にんじん・カリフラワー・もやし・まいたけ	ごはん・小麦粉・バター・マヨネーズ・カップゼリーの素(マスカット味)	685	25.9
23 火	ご飯・鶏肉のあけぼの焼き・付合せ(インゲン&コーン)・ブロッコリーと人参のごま和え・味噌汁(エノキ アケ)・みかんのヨーグルト和え	鶏もも肉・油揚げ・ヨーグルト	いんげん・ホールコーン・ブロッコリー・にんじん・えのき茸・みかん缶	ごはん・バター・砂糖・すりごま(白)	682	27.5
24 水	ご飯・豚肉の生姜焼き・付合せ(リーフレタス)・海藻サラダ・かき玉汁・キャロット蒸しパン	豚もも肉・卵・牛乳	玉ねぎ・しょうが・リーフレタス・海藻ミックス・キャベツ・きゅうり・トマト・ほうれん草	ごはん・油・砂糖・片栗粉・ごま油・ホットケーキミックス	666	26.2
25 木	ご飯・豆腐の肉野菜あんかけ・付合せ(オクラ)塩・じゃがいもの三杯酢・味噌汁(大根 ワカメ ネギ)・ミルクゼリー(寒天)	木綿豆腐・鶏ひき肉・ハム・牛乳	玉ねぎ・もやし・ピーマン・赤ピーマン・生しいたけ・オクラ・きゅうり・しょうが・大根	ごはん・砂糖・片栗粉・じゃが芋	716	28.7
26 金	ご飯・たらの西京焼き・付合せ(ほうれん草・人参)醤油・厚揚げの五目煮・すまし汁(手毬麩・みつば)・抹茶マフィン	たら・生揚げ・ソフト豆腐・牛乳	ほうれん草・にんじん・玉ねぎ・大根・干し椎茸・グリーンピース・みつば	ごはん・砂糖・てまり麩・ホットケーキミックス・バター	649	29.8
29 月	ご飯・蒸し鶏中華風・付合せ(トマト・サラダ菜)・ツナとブロッコリーの中華サラダ・中華スープ(人参 玉ねぎ)・梨(1/4個)	鶏もも肉・シーチキン	しょうが・白ねぎ・トマト・サラダ菜・ブロッコリー・ホールコーン・にんじん・玉ねぎ・梨	ごはん・胡麻ドレッシング・砂糖・ごま油	703	24.6
30 火	ご飯・魚のおろし煮・付合せ(インゲン)しょうゆ・ほうれん草のなめ茸和え・味噌汁(玉葱 貝割大根)・レーズン蒸しパン	さば	しょうが・大根・ねぎ・いんげん・ほうれん草・もやし・にんじん・なめたけ・玉ねぎ	ごはん・砂糖・ホットケーキミックス	721	27.5
31 水	親子丼・いんげんの酢味噌和え・すまし汁(冬瓜 ネギ)・人参ゼリー(寒天)	鶏もも肉・卵・かまぼこ	玉ねぎ・干し椎茸・みつば・いんげん・わかめ・とうがん・ねぎ・寒天・オレンジジュース	砂糖・片栗粉・ごはん	676	22.8

- * 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 すいか、3日 水ようかん、29日 梨
- * 新メニュー：4日 トマトとベーコンのサラダ