

9 月分 献立表

豊田市福祉事業団

ぱくぱく・かみかみ後期食

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
1	木	ご飯・鶏肉の竜田揚げ・付合せ(トマト)・ブロッコリーのおかか和え・すまし汁(エノキ 冬瓜 ミツハ)・洋なしゼリー・牛乳	鶏もも肉・シーチキン・かつお節・牛乳	しょうが・トマト・ブロッコリー・にんじん・ホールコーン・えのき茸・とうがん・みつば・洋なし缶	ごはん・片栗粉・油・砂糖	493	20.1
2	金	アルファ化米・LLヒートレスシチュー・チキンごまドレサダ・飲む野菜と果実(ピーチ味)・牛乳	鶏むね肉・牛乳	きゅうり・キャベツ・にんじん・飲む野菜と果実(ピーチ味)	アルファ化米・胡麻ドレッシング	471	15.1
5	月	ご飯・魚の蒲焼風・付合せ(オクラ)・南瓜サラダ(ゆで卵)・味噌汁(大根 わかめ ネギ)・いちごミルクゼリー(寒天)・牛乳	ホキ・卵・牛乳	しょうが・オクラ・南瓜・きゅうり・玉ねぎ・大根・わかめ・ねぎ・寒天	ごはん・片栗粉・小麦粉・三温糖・マヨネーズ・砂糖	457	20.6
6	火	ロールパン(こども)・ハッシュドポーク・キャベツとハムのサラダ・コンソメスープ(コマツナ モヤシ)・角切りパンゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・ハム・牛乳	玉ねぎ・にんじん・しめじ・キャベツ・きゅうり・小松菜・もやし・パン缶	ロールパン・バター・砂糖・ごま油	452	19.0
7	水	ご飯・蒸し鶏中華風・付合せ(ブロッコリー トマト)・拌三絲(カニカマ)・中華スープ(人参 玉ねぎ)・りんごのヨーグルトかけ・牛乳	鶏もも肉・かに風味かまぼこ・ヨーグルト・牛乳	ねぎ・ブロッコリー・トマト・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・りんご缶	ごはん・胡麻ドレッシング・春雨・砂糖・ごま油	505	19.2
8	木	ご飯・豆腐のみそそば煮・大根ときゅうりのサラダ・すまし汁(玉麩 ネギ)・バナナ・牛乳	焼き豆腐・豚ひき肉・シーチキン・牛乳	干し椎茸・にんじん・たけのこ・玉ねぎ・にら・しょうが・大根・きゅうり・ねぎ	ごはん・三温糖・片栗粉・ごま油・砂糖・マヨネーズ・すりごま(白)・玉麩	479	17.3
9	金	萩ご飯・魚の塩焼き・付合せ(南瓜)・いんげんのごま和え・けんちん汁・お月見ゼリー・牛乳	塩さば・豆腐・油揚げ・牛乳	えだまめ・南瓜・いんげん・にんじん・大根・ごぼう・白ねぎ・寒天	ごはん・もち米・小豆・すりごま(白)・砂糖	495	22.7
10	土	ご飯・照り焼きチキン・付合せ(小松菜 もやし)・カリフラワーと卵のサラダ・コンソメスープ(白菜 椎茸)・ぶどうゼリー(寒天)・牛乳	鶏もも肉・卵・ベーコン・牛乳	小松菜・もやし・カリフラワー・白菜・生しいたけ・ぶどうジュース・寒天	ごはん・砂糖・片栗粉・マヨネーズ	487	19.8
13	火	ご飯・魚のマリネ・チーズポテト・コンソメスープ(ほうれん草 エノキ)・梨(こども)・牛乳	さけ・ベーコン・サイコロチーズ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ホールコーン・ほうれん草・えのき茸・梨	ごはん・小麦粉・片栗粉・油・砂糖・じゃが芋	449	18.9
14	水	ご飯・豚肉の味噌くわ焼き・千草和え・すまし汁(ナメコ カマボコ ミツハ)・オレンジゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・油揚げ・かまぼこ・牛乳	玉ねぎ・なす・ねぎ・ほうれん草・にんじん・なめこ・みつば・オレンジジュース・寒天	ごはん・砂糖・油・片栗粉・三温糖	457	21.8
15	木	ご飯・ふりかけ・魚のさらさ蒸し・枝豆とカニカマのサラダ・味噌汁(玉葱 わかめ)・カルピスゼリー(寒天)・牛乳	さわら・かに風味かまぼこ・牛乳	しょうが・生しいたけ・にんじん・ねぎ・みつば・だし昆布・大根・キャベツ・えだまめ	ごはん・すりごま(白)・マヨネーズ・カルピス	512	22.7
16	金	ご飯・スパニッシュオムレツ・ブロッコリーのマヨネーズサラダ・コンソメスープ(モヤシ インゲン)・ストロベリーヨーグルト・牛乳	卵・ウインナー・シーチキン・ヨーグルト・牛乳	トマト・ピーマン・玉ねぎ・ブロッコリー・にんじん・もやし・いんげん	ごはん・じゃが芋・油・バター・マヨネーズ・砂糖・ストロベリーソース	491	17.5
20	火	ころうどん・南瓜挽肉フライ・付合せ(インゲン・コーン)・抹茶ミルク寒天・牛乳	油揚げ・シーチキン・生クリーム・牛乳	オクラ・わかめ・いんげん・ホールコーン・寒天	うどん・三温糖・南瓜挽肉フライ・油	480	17.7
21	水	ご飯・魚のマヨネーズ焼き・和風スパゲティーサラダ・コンソメスープ(キャベツ コーン)・パン・牛乳	バサ・パルメザンチーズ・ハム・牛乳	しめじ・玉ねぎ・にんじん・きゅうり・キャベツ・ホールコーン・パン	ごはん・マヨネーズ・パン粉・スパゲティ・砂糖・油	498	17.6
22	木	ご飯・鶏肉の生姜焼き・付合せ(キュウリ 大根)・ひじきの五目煮・味噌汁(豆腐 なめこ ネギ)・野菜ジュースゼリー(寒天)・牛乳	鶏もも肉・だいず・豚もも肉・豆腐・牛乳	しょうが・きゅうり・大根・ひじき・にんじん・グリーンピース・なめこ・ねぎ・寒天	ごはん・砂糖・油・三温糖	474	22.0
26	月	チキンカレーライス・大豆サラダ・もものヨーグルトかけ・牛乳	鶏もも肉・だいず・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・もも缶	じゃが芋・油・ごはん・マヨネーズ・砂糖	531	17.3
27	火	ご飯・白身魚の甘酢あんかけ・ハムとブロッコリーの中華サラダ・中華たまごスープ・スイートポテト・牛乳	メルルーサ・ハム・卵・牛乳	しょうが・玉ねぎ・にんじん・ピーマン・たけのこ・ブロッコリー・ホールコーン・ねぎ	ごはん・片栗粉・砂糖・ごま油・さつまいも	505	21.9
28	水	ご飯・肉豆腐・ポパイサラダ・味噌汁(じゃが芋 わかめ)・バナナサワーゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・豆腐・シーチキン・牛乳	白ねぎ・生しいたけ・えのき茸・ほうれん草・にんじん・わかめ・バナナ・寒天	ごはん・油・砂糖・マヨネーズ・じゃが芋	493	20.8
29	木	ご飯・魚のみぞれかけ(ネギ)・胡瓜のおかか和え・味噌汁(南瓜 油揚げ ネギ)・みたらし団子・牛乳	さば・錦糸卵・かつお節・油揚げ・牛乳	大根・ねぎ・きゅうり・にんじん・南瓜	ごはん・砂糖・やわらか福もち(白)・片栗粉	491	20.4
30	金	食パン(こども)・ジャム(いちご)・ミートボール野菜ソース・ツナサラダ・コンソメスープ(大根 まいたけ)・オレンジ(1/4個)・牛乳	鶏だんご・シーチキン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・セロリー・きゅうり・キャベツ・ホールコーン・大根・まいたけ	食パン・いちごジャム・バター・三温糖	490	17.2

* 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
 9日 萩ご飯、お月見ゼリー 13日 梨 27日 スイートポテト
 * お知らせ
 2日 災害用備蓄食品を提供します。(9月1日 防災の日) ※食堂はそのまんまOKカレーを提供します。
 10日 家族参観日(たんぼぼ、なのはな、ちょうちょ・とんぼ)
 12日 代休の為、給食提供はありません。

