

9 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	木	ご飯・魚の梅肉焼き・付合せ(2色ピーマン和え)・大根のきんぴら・味噌汁(法連草 アゲ)・りんごケーキ	バス・油揚げ・卵・ヨーグルト	大葉・ピーマン・赤ピーマン・大根・にんじん・グリーンピース・ほうれん草・りんご缶	ごはん・砂糖・油・ごま油・白炒りごま・小麦粉	717	27.5
2	金	アルファ化米(ワカメご飯)・ポトフ・アスパラのツナマヨサラダ・飲む野菜と果実(ピーチ味)	鶏だんご・シーチキン	キャベツ・玉ねぎ・にんじん・生しいたけ・グリーンピース・アスパラガス・ホールコーン・飲む野菜と果実(ピー)	アルファ化米(ワカメご飯)・マヨネーズ	727	21.4
5	月	ご飯・魚のマヨネーズ焼き・付合せ(ブロッコリー)塩・コールスローサラダ・コンソメスープ(大根 ワカメ)・角切りパインゼリー(寒天)	ホキ・パルメザンチーズ	玉ねぎ・エリンギ・ブロッコリー・キャベツ・にんじん・きゅうり・ホールコーン・大根・わかめ	ごはん・マヨネーズ・パン粉・砂糖・油	651	23.4
6	火	ご飯・鶏肉のケチャップ揚げ・付合せ(サニーレタス)・枝豆とカニカマのサラダ・味噌汁(モヤシ アゲ ネギ)・フルーツポンチ	鶏もも肉・かに風味かまぼこ・油揚げ	サニーレタス・大根・キャベツ・えだまめ・ホールコーン・もやし・ねぎ・寒天・みかん缶	ごはん・片栗粉・砂糖・すりごま(白)・マヨネーズ	778	25.5
7	水	ロールパン・ボーグピーンズ・大根ときょうりのサラダ・コンソメスープ(白菜 コーン パセリ)・パンナコッタ(寒天)	豚もも肉・大豆・牛乳	玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・大根・きゅうり・白菜・ホールコーン・寒天・みかん缶	ロールパン・食パン・じゃが芋・油・砂糖・マヨネーズ・すりごま(白)	641	23.2
8	木	ご飯・鶏の照り煮・付合せ(人参・いんげん)塩・サラダで元気・味噌汁(豆腐 えのき ネギ)・ポパイマフィン	鶏もも肉・ハム・かつお節・木綿豆腐・牛乳	にんじん・いんげん・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・塩昆布・えのき茸・ねぎ・ほうれん草うらごし	ごはん・小麦粉・砂糖・片栗粉・油・ホットケーキミックス・バター	758	27.6
9	金	ご飯・鮭の粕漬焼き・付合せ(法連草のごま和え)・ひじきの五目煮・味噌汁(玉葱 大根 ネギ)・お月見ゼリー(ヤヨイ)	鮭粕漬焼き・豚もも肉	ほうれん草・ひじき・にんじん・いんげん・玉ねぎ・大根・ねぎ	ごはん・すりごま(白)・砂糖・油	700	29.9
12	月	ご飯・ミートローフ・付合せ(粉ふき芋・青のり)・ブロッコリーのサラダ・コンソメスープ(キャベツ ベーコン)・キャラメルミルクゼリー(寒天)	豚ひき肉・牛乳・卵・ベーコン	にんじん・玉ねぎ・青のり・ブロッコリー・ホールコーン・いんげん・キャベツ・寒天	ごはん・パン粉・じゃが芋・砂糖・油・キャラメルシロップ	721	23.2
13	火	ご飯・鱈のゴマ照り焼き・付合せ(オクラ)しょうゆ・磯香和え・味噌汁(大根 エノキ アゲ)・小豆蒸しパン(こしあん)	さわら・油揚げ	オクラ・ほうれん草・もやし・刻みのり・大根・えのき茸	ごはん・白炒りごま・黒炒りごま・砂糖・片栗粉・ホットケーキミックス・こしあん	687	31.6
14	水	ご飯・麻婆豆腐・カニカマとキャベツの中華サラダ・中華スープ(人参 ワカメ)・パイン	木綿豆腐・豚ひき肉・かに風味かまぼこ	白ねぎ・生しいたけ・しょうが・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・にんじん・わかめ・パイン	ごはん・油・砂糖・ごま油・片栗粉	678	24.4
15	木	ご飯・切干大根のオムレツ・付合せ(カリフラワー)塩・グリーンサラダ インゲン・ウインナースープ・ぶどうゼリー(アガー)	卵・シーチキン・サイコロチーズ・ウインナー	切干大根・生しいたけ・小松菜・カリフラワー・いんげん・きゅうり・玉ねぎ・にんじん・ぶどうジュース	ごはん・ごま油・油・砂糖	681	22.3
16	金	ご飯・豚肉のオレンジジュース煮・付合せ(リーフレタス)・和風マカロニサラダ・味噌汁(ナメコ ネギ)・マドレーヌ	豚もも肉・ハム・牛乳・卵	玉ねぎ・オレンジジュース・リーフレタス・にんじん・きゅうり・なめこ・ねぎ	ごはん・バター・砂糖・片栗粉・マカロニ・スパゲティ・油・ホットケーキミックス	761	30.1
20	火	ご飯・鶏のレモンソース(スプレー)・付合せ(人参 カリフラワー)塩・トマトとオクラのサラダ(ツナ)・オニオンスープ・洋梨蒸しパン	鶏もも肉・シーチキン	カリフラワー・にんじん・トマト・オクラ・ホールコーン・玉ねぎ・洋なし缶	ごはん・小麦粉・片栗粉・砂糖・油・ホットケーキミックス	783	26.3
21	水	ご飯・魚の味噌だれかけ・付合せ(モヤシ 人参)しょうゆ・辛し和え・すまし汁(エノキ カマボコ ネギ)・抹茶ミルク寒天	さば・卵・かまぼこ・牛乳	しょうが・もやし・にんじん・いんげん・えのき茸・ねぎ・寒天	ごはん・砂糖・すりごま(白)・油	688	28.2
22	木	ご飯・豆腐ハンバーグきのこソース・付合せ(ブロッコリー)味噌なし・ポテトサラダ・味噌汁(もやし ワカメ ネギ)・梨(1/4個)	水切り豆腐・鶏ひき肉・卵・ハム	玉ねぎ・にんじん・しめじ・生しいたけ・まいたけ・ブロッコリー・きゅうり・もやし	ごはん・パン粉・油・片栗粉・じゃが芋・マヨネーズ	784	30.5
26	月	ご飯・カレイの漬け焼き・付合せ(オクラ)塩・ブロッコリーの胡麻味噌和え・すまし汁(えのき ワカメ ネギ)・チーズ蒸しパン	カラスガレイ・大豆・パルメザンチーズ	オクラ・ブロッコリー・にんじん・えのき茸・わかめ・ねぎ	ごはん・砂糖・白炒りごま・ホットケーキミックス	694	26.2
27	火	ご飯・五目玉子焼き・付合せ(インゲン)しょうゆ・切干大根の煮付け・味噌汁(玉葱 油揚げ ネギ)・いちごミルクゼリー(寒天)	卵・鶏ひき肉・さつま揚げ・油揚げ	ひじき・にんじん・白ねぎ・干し椎茸・しょうが・いんげん・切干大根・グリーンピース	ごはん・油・砂糖・片栗粉	659	22.4
28	水	ご飯・タンドリーチキン(カレー風味焼き)・付合せ(トマト・サラダ菜)・カリフラワーのサラダ・コンソメスープ(白菜 椎茸)・オレンジ(1/4個)	鶏もも肉・ヨーグルト	玉ねぎ・トマト・サラダ菜・カリフラワー・にんじん・ホールコーン・いんげん・白菜・生しいたけ	ごはん・砂糖・油	642	23.0
29	木	ご飯・魚の塩焼き・付合せ(ほうれん草・人参)醤油・キャベツのゴマ酢あえ・味噌汁(ツバ 手毬麩)・りんごゼリー(寒天)	塩さば・鶏むね肉	ほうれん草・にんじん・キャベツ・きゅうり・みつば・りんごジュース・寒天	ごはん・砂糖・白炒りごま・ごま油・てまり麩	708	31.3
30	金	くろロールパン・ボーグシチュー・ツナサラダ・コンソメスープ(ほうれん草 コーン)・パインのヨーグルトあえ	豚もも肉・シーチキン・ヨーグルト	玉ねぎ・にんじん・しめじ・グリーンピース・キャベツ・きゅうり・ほうれん草・ホールコーン	くろロールパン・黒糖ロールパン・油・じゃが芋・マヨネーズ	636	25.2

- * 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。
- * 2日：けやきワークスと暖は、災害用備蓄食品を給食で提供します。
(第二ひまわりは10月に実施する予定です。)
- * 6日は、けやきワークスと第二ひまわりは、うなぎ弁当の寄付があります。給食提供は暖のみです。
- * 季節の献立：9日 お月見ゼリー、22日 梨