

12 月分 献立表

豊田市福祉事業団

かみかみ前期・もぐもぐ・ペースト食

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	金	おかゆ・鶏肉のくわ焼き(軟)・森のサラダ(軟)・味噌汁(もやし・ワカメネギ)・みかん寒天・牛乳	鶏ひき肉・シーチキン・牛乳	玉ねぎ・いんげん・生しいたけ・えのき茸・もやし・わかめ・ねぎ・みかん缶	おかゆ・砂糖・片栗粉・マカロニ・マヨネーズ	392	20.4
4	月	焼きそば(軟)・やわらか焼売・付合せ(ブロッコリー・カリフラワー)・中華スープ(青梗菜・えのき)・バナナ(軟)・牛乳	鶏ひき肉・かまぼこ・豆腐・卵・牛乳	キャベツ・にんじん・生しいたけ・玉ねぎ・ブロッコリー・カリフラワー・チンゲン菜・えのき茸・バナナ	うどん・片栗粉・パン粉・マヨネーズ	354	16.7
5	火	おかゆ・白身魚野菜ソース(軟)・ジャガ芋とウインナのカレーソー(軟)・コンソメスープ(キャベツ・コーン)・もものヨーグルトかけ・牛乳	ホキ・ベーコン・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・にんじん・セロリ・ピーマン・キャベツ・トウモロコシ・フレク・もも缶	おかゆ・バター・三温糖・片栗粉・じゃが芋・砂糖	349	18.2
6	水	おかゆ・鶏肉の生姜焼き(軟)・付合せ(白菜お浸し)・胡瓜のおかか和え・味噌汁(豆腐・アゲネギ)・いちごミルクゼリー(ゼラチン)・牛乳	鶏もも肉・錦糸卵・かつお節・豆腐・油揚げ・ゼラチン・牛乳	しょうが・白菜・きゅうり・にんじん・ねぎ	おかゆ・砂糖	362	21.0
7	木	おかゆ・魚の味噌煮(軟)・付合せ(オクラ)・五目金平(軟)・すまし汁(法蓮草・椎茸)・スイートポテト(軟)・牛乳	さば・白はんぺん・牛乳	しょうが・オクラ・ごぼう・にんじん・グリーンピース・ほうれん草・生しいたけ	おかゆ・砂糖・片栗粉・三温糖・ごま油・さつまいも・バター	450	18.3
8	金	パン粥(コンソメ)・ジャム(りんご)・パンプキンシチュー(軟)・ブロッコリーのサラダ(軟)・野菜ジュースゼリー(ゼラチン)・牛乳	鶏ひき肉・ベーコン・ゼラチン・牛乳	南瓜・玉ねぎ・ブロッコリー・にんじん・トウモロコシ・フレク・いんげん・野菜ジュース	食パン・バター・りんごジャム・油・砂糖	474	16.2
11	月	おかゆ・魚のゴマ照り焼き(軟)・付合せ(キュウリ)・じゃがいものそぼろ煮(軟)・味噌汁(エノキ・キャベツ)・牛乳寒天・牛乳	さわか・鶏ひき肉・牛乳	きゅうり・玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・キャベツ・えのき茸・寒天・みかん缶	おかゆ・砂糖・すりごま(白)・片栗粉・じゃが芋・三温糖	367	19.0
12	火	おかゆ・鶏肉と野菜の味噌炒め・卵どうふ・すまし汁(エノキ・オクラ)・白玉だんご(軟)・牛乳	鶏ひき肉・卵・牛乳	しょうが・ピーマン・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・生しいたけ・ほうれん草・えのき茸・オクラ	おかゆ・砂糖・かき油・片栗粉・こしあん	390	21.5
13	水	おかゆ・魚のレモン風味(軟)・付合せ(インゲン)・南瓜サラダ(ハム)・カレースープ(軟)・洋梨蒸しパン(軟)・牛乳	さけ・ハム・牛乳	いんげん・南瓜・玉ねぎ・キャベツ・にんじん・洋なし缶	おかゆ・砂糖・片栗粉・マヨネーズ・マカロニ・バター・ホットケーキミックス	398	18.5
14	木	おかゆ・とんかつ風(軟)・付合せ(小松菜ごま和え)・マカロニサラダ(軟)・味噌汁(白菜・アゲ)・りんごのすりおろしゼリー・牛乳	鶏もも肉・シーチキン・油揚げ・ゼラチン・牛乳	小松菜・もやし・キャベツ・にんじん・きゅうり・白菜・りんごジュース・りんご缶詰	おかゆ・パン粉・油・すりごま(白)・マカロニ・マヨネーズ	462	20.8
15	金	ピラフ(軟)・照り焼きチキン(軟)・付合せ(ブロッコリー)・コンソメスープ(キャベツ・人参・コーン)・パイン(軟)・牛乳	ベーコン・鶏もも肉・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・グリーンピース・ブロッコリー・キャベツ・トウモロコシ・フレク・パイン缶	おかゆ・バター・砂糖	415	18.7
18	月	おかゆ・ふりかけ・豆腐の真砂揚げ(軟)・ブロッコリーのマヨネーズ・サラダ(軟)・味噌汁(大根・ワカメ・ネギ)・ブルーベリーヨーグルト・牛乳	豆腐・鶏ひき肉・むきえび・卵・ハム・ヨーグルト・牛乳	ほうれん草・にんじん・玉ねぎ・ブロッコリー・トウモロコシ・フレク・大根・わかめ・ねぎ	おかゆ・片栗粉・油・砂糖・マヨネーズ・ブルーベリーソース	397	16.9
19	火	パン粥(コンソメ)・白菜と鮭のクリーム煮(軟)・チキンごまドレサラダ・りんごのコンポート・牛乳	鮭・鶏むね肉・牛乳	白菜・かぶ・グリーンピース・きゅうり・キャベツ・にんじん・りんご	黒糖ロールパン・バター・胡麻ドレッシング・砂糖	438	20.8
20	水	おかゆ・変わり卵焼き(軟)・大根と生揚げの煮物(軟)・味噌汁(ナメコ・ネギ)・ぶどうゼリー(ゼラチン)・牛乳	卵・鶏ひき肉・豆腐・ゼラチン・牛乳	玉ねぎ・大根・にんじん・グリーンピース・なめこ・ねぎ・ぶどうジュース	おかゆ・じゃが芋・油・三温糖・砂糖	339	16.7
21	木	おかゆ・豚肉のカレー焼き(軟)・ポパイサラダ(軟)・コンソメスープ(キャベツ・えのき)・チーズ入りおからケーキ(軟)・牛乳	豚もも肉・豆腐・卵・シーチキン・おから・サイコロチーズ・牛乳	ピーマン・玉ねぎ・ほうれん草・にんじん・キャベツ・えのき茸	おかゆ・マッシュポテト・片栗粉・マヨネーズ・ホットケーキミックス・砂糖・バター	502	21.6
22	金	おかゆ・魚の味噌だれかけ(軟)・付合せ(オクラ)・南瓜のいとこ煮・かしわ汁(軟)・チョコミルクプリン・牛乳	さば・鶏ひき肉・ゼラチン・牛乳	しょうが・オクラ・南瓜・ごぼう・大根・にんじん・白ねぎ	おかゆ・三温糖・すりごま(白)・片栗粉・小豆・砂糖・チョコシロップ	407	20.6

* 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
 8日 パンプキンシチュー 15日 クリスマスメニュー(クリスマス会)
 19日 白菜と鮭のクリーム煮、りんご 22日 南瓜のいとこ煮(冬至)
 * 豊田市給食献立より
 11日 じゃがいものそぼろ煮 22日 かしわ汁

