

3 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	水	ご飯・豚肉のカレー焼き・春雨とカニカマのサラダ・コンソメスープ(白菜コーン)・もものヨーグルトかけ・牛乳	豚もも肉・かに風味かまぼこ・錦糸卵・ヨーグルト・牛乳	ピーマン・玉ねぎ・きゅうり・わかめ・白菜・ホールコーン・もも缶	ごはん・油・片栗粉・春雨・マヨネーズ・すりごま(白)・砂糖	472	18.1
2	木	ご飯・魚のマヨネーズ焼き・サラダで元氣・豆腐のスープ・バナナ・牛乳	バス・パルメザンチーズ・ハム・かつお節・豆腐・牛乳	しめじ・玉ねぎ・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・塩昆布・生しいたけ・バナナ	ごはん・マヨネーズ・パン粉・油・砂糖	478	17.7
3	金	ちらし寿司・鶏の照り煮・付合せ(ブロッコリー)・すまし汁(手毬麩 オクラ ミツバ)・ひなまつりゼリー・牛乳	錦糸卵・すしでんぶ・鶏もも肉・牛乳	かんぴょう・にんじん・干し椎茸・れんこん・刻みのり・ブロッコリー・オクラ・みつば	砂糖・ごはん・片栗粉・三温糖・京てまりふ・三色花ゼリー	542	20.7
6	月	ご飯・魚のごま味噌焼き・付合せ(小松菜 もやし)・切干大根の煮付け・すまし汁(えのき 長ネギ)・チョコミルクプリン・牛乳	さば・さつま揚げ・ゼラチン・牛乳	小松菜・もやし・切干大根・にんじん・グリーンピース・えのき茸・白ねぎ	ごはん・砂糖・すりごま(白)・三温糖・チョコシロップ	447	20.0
7	火	ご飯・ふりかけ・厚揚げとひじきの旨煮・和風パイサラダ・味噌汁(ジャガイモ 玉葱)・サイコロチーズ蒸しパン・牛乳	生揚げ・豚もも肉・シーチキン・サイコロチーズ・牛乳	ひじき・にんじん・いんげん・ほうれん草・玉ねぎ	ごはん・油・三温糖・砂糖・じゃが芋・ホットケーキミックス	531	22.1
8	水	ご飯・白身魚の野菜中華あん・ハムとキャベツの中華サラダ・中華スープ(春雨 ワカメ)・白玉きなこ・牛乳	ホキ・かに風味かまぼこ・ハム・錦糸卵・きな粉・牛乳	たけのこ・ブロッコリー・にんじん・白菜・キャベツ・貝割大根・わかめ	ごはん・小麦粉・油・ごま油・片栗粉・砂糖・春雨・やわらか福もち(白)	473	21.9
9	木	ご飯・お好み焼き風卵焼き・ブロッコリーのサラダ・味噌汁(モヤシ アゲネギ)・りんごゼリー(ゼラチン)・牛乳	卵・豚もも肉・かつお節・油揚げ・ゼラチン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・キャベツ・ピーマン・青のり・ブロッコリー・ホールコーン・いんげん	ごはん・ながいも・小麦粉・油・マヨネーズ・砂糖	454	19.0
10	金	食パン(こども)・ジャム(マーマレード)・ミートボール野菜ソース・骨太サラダ・コンソメスープ(ほうれん草 エノキ)・パン・牛乳	鶏だんご・干しえび・シーチキン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・セロリ・ひじき・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・ほうれん草・えのき茸	食パン・マーマレード・バター・三温糖・砂糖・マカロニ・マヨネーズ・白炒りごま	497	15.9
13	月	ご飯・魚のムニエル・付合せ(キャベツ 人参)・カリフラワーと卵のサラダ・コンソメスープ(大根 まいたけ)・ピーチソースゼリー・牛乳	さけ・卵・ベーコン・牛乳	キャベツ・にんじん・カリフラワー・大根・まいたけ・もも缶・寒天	ごはん・小麦粉・バター・マヨネーズ・砂糖	465	23.0
14	火	カレーうどん・じゃこサラダ・マドレーヌ・牛乳	鶏もも肉・かまぼこ・油揚げ・しらす干し・卵・牛乳	にんじん・玉ねぎ・白ねぎ・生しいたけ・キャベツ・きゅうり	うどん・片栗粉・砂糖・ごま油・ホットケーキミックス・バター	481	18.2
15	水	ご飯・豚肉の味噌くわ焼き・長芋のツナマヨネーズ・すまし汁(玉麩 みつば)・いちごミルクゼリー(ゼラチン)・牛乳	豚もも肉・シーチキン・ゼラチン・牛乳	玉ねぎ・なす・ねぎ・オクラ・みつば	ごはん・砂糖・油・片栗粉・長芋・マヨネーズ・玉麩	497	23.0
16	木	ロールパン(こども)・チリコンカン・グリーンサラダ(インゲン)・コンソメスープ(キャベツ・椎茸)・オレンジ(1/4個)・牛乳	合挽肉・大豆・サイコロチーズ・牛乳	玉ねぎ・ホールコーン・トマト缶詰・いんげん・きゅうり・キャベツ・生しいたけ・オレンジ	ロールパン・じゃが芋・油・三温糖・砂糖	443	19.2
17	金	ご飯・カレーの漬け焼き・付合せ(ごぼう)・大根のきんぴら・味噌汁(南瓜 油揚げ ネギ)・ブルーベリーヨーグルト・牛乳	カラスガレイ・油揚げ・ヨーグルト・牛乳	ごぼう・大根・にんじん・グリーンピース・南瓜・ねぎ	ごはん・小麦粉・片栗粉・油・砂糖・ごま油・白炒りごま	497	19.4
20	月	ご飯・鶏肉のケチャップ揚げ・付合せ(ブロッコリー)・和風サラダ・コンソメスープ(モヤシ 人参)・チーズケーキ・牛乳	鶏もも肉・かに風味かまぼこ・クリームチーズ・卵・牛乳	ブロッコリー・わかめ・キャベツ・きゅうり・貝割大根・もやし・にんじん・いちご	ごはん・片栗粉・油・三温糖・砂糖・白炒りごま・小麦粉	562	20.9

* 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
 3日 ひなまつりメニュー
 * 豊田市の給食献立より
 10日 骨太サラダ

