3　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	水	おかゆ・豚肉のカレー焼き(軟)・春雨とｶﾆｶﾏのｻﾗﾀﾞ(軟)・ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(白菜ｺｰﾝ)・ものヨーグルトかけ・牛乳	豚もも肉・豆腐・卵・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・ﾄｳﾓﾛｺｼﾌﾚｰｸ・もも缶	おかゆ・ﾏｯｼｭﾎﾟﾃﾄ・片栗粉・春雨・マヨネーズ・すりごま(白)・砂糖	403	18.1
2	木	おかゆ・魚のマヨネーズ焼き(軟)・ｻﾗﾀﾞで元気(軟)・豆腐のスープ・バナナ(軟)・牛乳	ﾊﾞｻ・ﾊﾟﾙﾒｻﾞﾝﾁｰｽﾞ・ハム・かつお節・豆腐・牛乳	生しいたけ・玉ねぎ・キャベツ・きゅうり・ﾄｳﾓﾛｺｼﾌﾚｰｸ・塩昆布・バナナ	おかゆ・マヨネーズ・片栗粉・油・砂糖	380	16.1
3	金	ちらし寿司(軟)・鶏の照り煮(軟)・付合せ(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ)・すまし汁(手毬麸 ｵｸﾗ ﾐﾂﾊﾞ)・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・生しいたけ・れんこん・刻みのり・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・オクラ・みつば	砂糖・おかゆ・三温糖・京てまりふ・三色花ゼリー	421	20.4
6	月	おかゆ・魚のごま味噌煮・付合せ(小松菜 もやし)・切干大根の煮付(軟)・すまし汁(えのき ﾈｷﾞ)・ﾁｮｺﾐﾙｸﾌﾟﾘﾝ・牛乳	さば・白はんぺん・ゼラチン・牛乳	小松菜・もやし・切干大根・にんじん・グリンピース・えのき茸・ねぎ	おかゆ・砂糖・すりごま(白)・片栗粉・三温糖・チョコシロップ	361	19.1
7	火	おかゆ・ふりかけ・厚揚げとひじきの旨煮(軟)・和風ポパイサラダ(軟)・味噌汁(ｼﾞｬｶﾞｲﾓ 玉葱)・ｻｲｺﾛﾁｰｽﾞ蒸しパン(軟)・牛乳	豆腐・鶏ひき肉・ｼｰﾁｷﾝ・ｻｲｺﾛﾁｰｽﾞ・牛乳	長ひじき・にんじん・いんげん・ほうれん草・玉ねぎ	おかゆ・三温糖・砂糖・油・じゃが芋・ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ	391	17.2
8	水	おかゆ・白身魚の野菜中華あん(軟)・ハムとｷｬﾍﾞﾂの中華ｻﾗﾀﾞ(軟)・中華スープ(春雨 ﾜｶﾒ)・白玉きなこ(軟)・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・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・にんじん・白菜・キャベツ・貝割大根・わかめ	おかゆ・ごま油・片栗粉・砂糖・春雨	343	21.0
9	木	おかゆ・お好み焼き風卵焼き(軟)・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｻﾗﾀﾞ(軟)・味噌汁(ﾓﾔｼ ｱｹﾞ ﾈｷﾞ)・りんごゼリー(ｾﾞﾗﾁﾝ)・牛乳	卵・鶏ひき肉・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・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・ﾄｳﾓﾛｺｼﾌﾚｰｸ・いんげん	おかゆ・ながいも・マヨネーズ・砂糖・油	348	17.4
10	金	パン粥(ミルク)・ジャム(りんご)・ミートボール野菜ｿｰｽ(軟)・骨太サラダ(軟)・ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ﾎｳﾚﾝ草 ｴﾉｷ)・パイン(軟)・牛乳	鶏だんご・干しえび・ｼｰﾁｷﾝ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・セロリー・ひじき・キャベツ・きゅうり・ﾄｳﾓﾛｺｼﾌﾚｰｸ・ほうれん草・えのき茸	食パン・りんごジャム・バター・三温糖・砂糖・マカロニ・マヨネーズ・すりごま(白)	462	15.9
13	月	おかゆ・魚のﾑﾆｴﾙ(軟)・付合せ(ｷｬﾍﾞﾂ 人参)・ｶﾘﾌﾗﾜｰと卵のｻﾗﾀﾞ(軟)・ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(大根 舞茸)軟・ﾋﾟｰﾁｿｰｽｾﾞﾘｰ・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	おかゆ・バター・片栗粉・マヨネーズ・砂糖	351	21.4
14	火	カレーうどん(軟)・じゃこサラダ(軟)・マドレーヌ(軟)・牛乳	鶏ひき肉・かまぼこ・油揚げ・しらす干し・卵・牛乳	にんじん・玉ねぎ・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	393	17.0
15	水	おかゆ・鶏肉の味噌くわ焼き(軟)・長芋のツナマヨネーズ・すまし汁(玉麸　みつば)・いちごﾐﾙｸｾﾞﾘｰ(ｾﾞﾗﾁﾝ)・牛乳	鶏ひき肉・ｼｰﾁｷﾝ・ゼラチン・牛乳	玉ねぎ・なす・ねぎ・オクラ・みつば	おかゆ・砂糖・片栗粉・長芋・マヨネーズ・玉麸	380	19.9
16	木	パン粥(ミルク)・チリコンカン(軟)・ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ(ｲﾝｹﾞﾝ)(軟)・ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｷｬﾍﾞﾂ・椎茸)・オレンジ(1/4個)・牛乳	鶏ひき肉・大豆・ｻｲｺﾛﾁｰｽﾞ・牛乳	玉ねぎ・ﾄｳﾓﾛｺｼﾌﾚｰｸ・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	食パン・じゃが芋・三温糖・油・砂糖	384	19.1
17	金	おかゆ・カレイの漬け焼き(軟)・付合せ(ｷｭｳﾘ)・大根のきんぴら(軟)・味噌汁(南瓜 油揚 ﾈｷﾞ)・ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰﾖｰｸﾞﾙﾄ・牛乳	カラスガレイ・油揚げ・ヨーグルト・牛乳	きゅうり・大根・にんじん・グリンピース・南瓜・ねぎ	おかゆ・砂糖・片栗粉・ごま油・すりごま(白)・ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰｿｰｽ	395	18.1
20	月	おかゆ・鶏肉のケチャップ揚げ(軟)・付合せ(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ)・和風サラダ(軟)・ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ﾓﾔｼ 人参)・チーズケーキ(軟)・牛乳	鶏もも肉・かに風味かまぼこ・クリームチーズ・卵・牛乳	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・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	おかゆ・三温糖・砂糖・油・すりごま(白)・小麦粉	407	19.8

＊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
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