

# 5 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	月	おかゆ・鶏肉のあけぼの焼き・付合せ(オクラ)・ブロッコリーの胡麻味噌和え・すまし汁(エノキ 大根 ミツバ)・りんご蒸しパン・牛乳	鶏もも肉・大豆・牛乳	オクラ・ブロッコリー・にんじん・えのき茸・大根・みつば・りんご缶	おかゆ・砂糖・すりごま(白)・ホットケーキミックス	413	21.7
2	火	カレーライス(軟)・鯉のぼり型ハンバーグ(軟)・付合せ(人参 ブロッコリー)(軟)・野菜スープ(軟)・こどもの日ゼリー・牛乳	ハム・ハンバーグ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・トウモロコシフレーク・グリーンピース・ブロッコリー・キャベツ・生しいたけ	おかゆ・バター・三温糖・片栗粉・マヨネーズ・ゼリー	360	13.0
8	月	おかゆ・魚のゴマ照り焼き(軟)・付合せ(キュウリ)・大根と生揚げの煮物(軟)・味噌汁(南瓜 インゲン)・抹茶ミルク寒天・牛乳	さわら・豆腐・牛乳	きゅうり・大根・にんじん・グリーンピース・南瓜・いんげん・寒天	おかゆ・砂糖・すりごま(白)・片栗粉・三温糖・牛乳	359	18.8
9	火	パン粥(ミルク)・ポークビーンズ(軟)・じゃこサラダ(軟)・コンソメスープ(モヤシ・舞茸)・飲む野菜と果実(ピーチ味)・牛乳	鶏ひき肉・大豆・ベーコン・しらす干し・牛乳	玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・キャベツ・きゅうり・もやし・まいたけ・飲む野菜と果実(ピーチ味)	黒糖ロールパン・牛乳・じゃが芋・三温糖・砂糖・ごま油	407	16.9
10	水	おかゆ・松風焼き(軟)・にんじんのマヨネーズサラダ・すまし汁(玉麩ワカメネギ)・ストロベリーヨーグルト・牛乳	鶏ひき肉・豆腐・卵・シーチキン・ヨーグルト・牛乳	ねぎ・にんじん・玉ねぎ・わかめ	おかゆ・パン粉・砂糖・すりごま(白)・マヨネーズ・玉麩・ストロベリースーツ	369	17.2
11	木	おかゆ・鮭フライ(軟)・付合せ(粉ふき芋)・ほうれん草のナムル(軟)・キャベツスープ(軟)・バナナ(軟)・牛乳	さけ・ベーコン・牛乳	ほうれん草・もやし・刻みのり・キャベツ・にんじん・バナナ	おかゆ・三温糖・片栗粉・じゃが芋・すりごま(白)・砂糖・ごま油	351	21.5
12	金	おかゆ・鶏肉のくわ焼き(軟)・和風春雨サラダ(軟)・味噌汁(大根 油揚げ ネギ)・ココアマフィン(軟)・牛乳	鶏ひき肉・ハム・油揚げ・牛乳	玉ねぎ・いんげん・きゅうり・にんじん・大根・ねぎ	おかゆ・砂糖・片栗粉・春雨・油・ホットケーキミックス・牛乳	453	19.5
15	月	焼きそば(軟)・やわらか焼売・付合せ(インゲン・コーン)・中華スープ(青梗菜 椎茸)・オレンジ(1/4個)・牛乳	鶏ひき肉・かまぼこ・豆腐・卵・牛乳	キャベツ・にんじん・玉ねぎ・いんげん・トウモロコシフレーク・チンゲン菜・生しいたけ・オレンジ	うどん・片栗粉・パン粉・油	344	17.4
16	火	おかゆ・魚の味噌だれかけ・付合せ(大根)・ブロッコリーのおかか和え・すまし汁(豆腐 ワカメネギ)・みたらし団子・牛乳	さば・ハム・かつお節・豆腐・牛乳	しょうが・大根・ブロッコリー・にんじん・トウモロコシフレーク・わかめ・ねぎ	おかゆ・三温糖・すりごま(白)・片栗粉・砂糖	346	18.8
17	水	おかゆ・豚肉のBBQソース(軟)・付合せ(法蓮草)(軟)・マカロニサラダ(軟)・コンソメスープ(モヤシ 玉葱)・いちごミルクゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・シーチキン・牛乳	りんご缶詰・ほうれん草・キャベツ・にんじん・きゅうり・もやし・玉ねぎ・寒天	おかゆ・砂糖・マカロニ・マヨネーズ	378	19.8
18	木	おかゆ・ふりかけ・鶏と高野豆腐の旨煮(軟)・いんげんのごま和え(軟)・味噌汁(大根 エノキ)・レーズン蒸しパン(軟)・牛乳	豆腐・鶏ひき肉・かまぼこ・かに風味かまぼこ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・たけのこ・生しいたけ・みつば・いんげん・大根・えのき茸	おかゆ・三温糖・片栗粉・すりごま(白)・砂糖・ホットケーキミックス	362	16.6
19	金	おかゆ・魚のピザ焼き(軟)・ジャーマンサラダ(軟)・コンソメスープ(法蓮草 ベーコン)(軟)・角切りももゼリー・牛乳	ホキ・ハルマサンチーズ・ハム・ベーコン・牛乳	ピーマン・玉ねぎ・生しいたけ・きゅうり・にんじん・ほうれん草・もも缶・寒天	おかゆ・砂糖・片栗粉・じゃが芋・マヨネーズ	369	20.5
22	月	おかゆ・魚の塩焼き(軟)・付合せ(ブロッコリー)・南瓜サラダ(ゆで卵)・味噌汁(モヤシ ナメコネギ)・ハインのヨーグルトかけ・牛乳	塩さば・卵・ヨーグルト・牛乳	ブロッコリー・南瓜・きゅうり・玉ねぎ・もやし・なめこ・ねぎ・ハイン缶	おかゆ・片栗粉・マヨネーズ・砂糖	410	20.6
23	火	おかゆ・鶏肉のバター醤油焼(軟)・大根とツナのサラダ(軟)・コンソメスープ(ほうれん草 コーン)軟・洋なしゼリー・牛乳	鶏ひき肉・豆腐・卵・シーチキン・牛乳	玉ねぎ・ねぎ・にんじん・生しいたけ・大根・きゅうり・ほうれん草・トウモロコシフレーク・洋なし缶	おかゆ・パン粉・バター・片栗粉・砂糖	344	16.9
24	水	おかゆ・魚のレモン風味(軟)・付合せ(インゲン)・トマトのサラダ(軟)・コーンスープ・キャロット蒸しパン(軟)・牛乳	さけ・ハム・牛乳	いんげん・トマト・きゅうり・トウモロコシフレーク・コーンクリームスープ・にんじんうらごし	おかゆ・砂糖・片栗粉・油・牛乳・ホットケーキミックス	402	20.0
25	木	おかゆ・豚肉の生姜焼き(軟)・付合せ(キュウリ)・長芋とオクラのマヨサラダ(軟)・けんちん汁・ミルクゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・シーチキン・豆腐・油揚げ・牛乳	しょうが・きゅうり・オクラ・トウモロコシフレーク・にんじん・ごぼう・大根・ねぎ・寒天	おかゆ・砂糖・長芋・マヨネーズ・牛乳	368	19.0
26	金	パン粥(ミルク)・ジャム(りんご)・ポトフ(軟)・花野菜のミモザサラダ(軟)・メロン・牛乳	鶏だんご・卵・牛乳	にんじん・キャベツ・玉ねぎ・生しいたけ・グリーンピース・ブロッコリー・カリフラワー・メロン	食パン・牛乳・りんごジャム・胡麻ドレッシング	430	18.2
29	月	おかゆ・鶏肉の竜田揚げ(軟)・付合せ(トマト)・野菜煮物(大根)(軟)・味噌汁(もやし ワカメネギ)・みかん寒天・牛乳	鶏もも肉・牛乳	しょうが・トマト・大根・にんじん・グリーンピース・玉ねぎ・もやし・わかめ・ねぎ	おかゆ・三温糖・砂糖	341	17.7
30	火	おかゆ・魚のカレームニエル(軟)・付合せ(アスパラ)・ポテトサラダ(軟)・コンソメスープ(キャベツ エノキ)・ヨーグルトゼリー(寒天)・牛乳	まだら・ハム・ヨーグルト・牛乳	アスパラガス・にんじん・きゅうり・キャベツ・えのき茸・寒天・もも缶	おかゆ・バター・片栗粉・じゃが芋・マヨネーズ・牛乳・砂糖	358	19.9
31	水	おかゆ・ホイコーロー(軟)・拌三絲(カニカマ)(軟)・中華スープ(豆腐 コラ)・チェリーペースト・牛乳	鶏ひき肉・かに風味かまぼこ・豆腐・牛乳	しょうが・ピーマン・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・きゅうり・にら・アメリカンチェリー	おかゆ・砂糖・かき油・春雨・ごま油	344	15.5

\* 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。  
 \* 卵の入荷が不安定なため、卵を使用した献立を少なくしています。  
 \* 季節の献立  
 2日 こどもの日メニュー  
 26日 メロン  
 31日 アメリカンチェリー

