

7 月分 献立表

豊田市こども発達センター

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
3	月	ご飯・麻婆なす・ハムとキャベツの中華サラダ・青梗菜と春雨のスープ・小豆蒸しパン・牛乳	豚ひき肉・ハム・錦糸卵・牛乳	なす・にんじん・ねぎ・しょうが・キャベツ・貝割大根・チンゲン菜	ごはん・ごま油・砂糖・片栗粉・春雨・すりごま(白)・ホットケーキミックス	693	26.0
4	火	ご飯・魚のごま味噌焼き・付合せ(人参)・じゃがいもの三杯酢・すまし汁(冬瓜 みつば)・豆乳ゼリー(寒天)・牛乳	さわら・ハム・豆乳・牛乳	にんじん・きゅうり・しょうが・とうがん・みつば・寒天	ごはん・砂糖・すりごま(白)・じゃが芋・ブルーベリーソース	675	31.4
5	水	ご飯・照り焼きチキン・付合せ(オクラ)・ミモザサラダ・コンソメスープ(キャベツ 人参)・ぶどう・牛乳	鶏もも肉・卵・牛乳	オクラ・きゅうり・ブロッコリー・トマト・キャベツ・にんじん・ぶどう(テラウエア)	ごはん・砂糖・片栗粉	691	27.9
6	木	ご飯・魚のチーズパン粉焼き・付合せ(インゲン)・スパゲティサラダ・コンソメスープ(もやし 舞茸)・オレンジゼリー(寒天)・牛乳	ホキ・パルメザンチーズ・ハム・牛乳	いんげん・にんじん・玉ねぎ・きゅうり・もやし・まいたけ・オレンジジュース・寒天	ごはん・小麦粉・パン粉・スパゲティ・マヨネーズ・砂糖	666	27.5
7	金	七夕そうめん・星のコロッケ・付合せ(ツナマヨブロッコリー)・七夕デザート・牛乳	鶏むね肉・錦糸卵・シーチキン・牛乳	にんじん・オクラ・ねぎ・干し椎茸・ブロッコリー	そうめん冷凍・砂糖・星のコロッケ・油・マヨネーズ・七夕デザート	673	28.0
10	月	ご飯・南蛮漬け・南瓜の胡麻煮・味噌汁(モヤシ アケ ネギ)・すいか・牛乳	さけ・油揚げ・牛乳	ピーマン・にんじん・玉ねぎ・南瓜・グリーンピース・もやし・ねぎ・すいか	ごはん・片栗粉・油・砂糖・すりごま(白)	703	28.9
11	火	食パン・ジャム(マーメレード)・チリコンカン・大根とベーコンのサラダ・コンソメスープ(ホウレン草 エノキ)・もものヨーグルトかけ・牛乳	合挽肉・大豆・ベーコン・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・ホールコーン・トマト缶詰・大根・にんじん・ほうれん草・えのき茸・もも缶	食パン・マーメレード・じゃが芋・油・三温糖・砂糖	783	29.9
12	水	ご飯・白身魚のフライ・付合せ(ブロッコリー カリフラワー)・ポパイサラダ・コンソメスープ(白菜コーン)・バインゼリー(寒天)・牛乳	バス・シーチキン・牛乳	ブロッコリー・カリフラワー・ほうれん草・にんじん・白菜・ホールコーン・バインジュース・寒天	ごはん・小麦粉・パン粉・油・マヨネーズ・砂糖	741	29.1
13	木	ご飯・親子煮・モロヘイヤの和え物・すまし汁(玉麩 みつば)・サイコロチーズ蒸しパン・牛乳	鶏もも肉・卵・サイコロチーズ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・モロヘイヤ・トマト・えのき茸・みつば	ごはん・じゃが芋・砂糖・ごま油・玉麩・ホットケーキミックス	673	25.9
14	金	ご飯・冷しゃぶ・にんじんのマヨネーズサラダ・味噌汁(大根 ワカ ネギ)・白玉きなこ・牛乳	豚ロース肉・シーチキン・きな粉・牛乳	しょうが・もやし・きゅうり・玉ねぎ・にんじん・大根・わかめ	ごはん・すりごま(白)・砂糖・マヨネーズ・白玉団子	801	30.3
18	火	ご飯・ふりかけ・魚のみぞれかけ(ネギ)・マカロニハムサラダ・雷汁・チョコミルクゼリー(寒天)・牛乳	まだら・ハム・豆腐・油揚げ・牛乳	大根・ねぎ・にんじん・きゅうり・玉ねぎ・ごぼう・寒天	ごはん・マカロニ・マヨネーズ・ごま油・砂糖・チョコシロップ	665	32.1
19	水	ご飯・豚肉のカレー焼き・トマトとじゃこのサラダ・コンソメスープ(大根 まいたけ)・南瓜とレーズンのケーキ・牛乳	豚もも肉・しらす干し・卵・牛乳	ピーマン・玉ねぎ・トマト・きゅうり・大根・まいたけ・南瓜ペースト・レーズン	ごはん・油・片栗粉・ごま油・砂糖・バター・小麦粉	687	28.4
20	木	ビビンバ・ツナとブロッコリーの中華サラダ・中華スープ(人参 ワカメ)・ピーチソースゼリー・牛乳	豚ひき肉・錦糸卵・シーチキン・牛乳	しょうが・もやし・ほうれん草・刻みのみり・ブロッコリー・ホールコーン・にんじん・わかめ・もも缶	砂糖・ごま油・白炒りごま・ごはん	662	28.5
21	金	ご飯・魚のムニエル・付合せ(インゲン)・ラタトゥイユ・コンソメスープ(キャベツ コーン)・バナナ・牛乳	さけ・鶏もも肉・ベーコン・牛乳	いんげん・にんじん・玉ねぎ・ピーマン・なす・南瓜・トマト缶詰・トマトピューレ・キャベツ	ごはん・小麦粉・バター・オリーブ油・砂糖	671	28.9
24	月	ご飯・魚の塩焼き・付合せ(さつま芋)・冬瓜のそぼろあんかけ・味噌汁(玉葱 えのき ネギ)・ストロベリーヨーグルト・牛乳	塩さば・鶏ひき肉・ヨーグルト・牛乳	とうがん・グリーンピース・玉ねぎ・えのき茸・ねぎ	ごはん・さつまいも・片栗粉・砂糖・ストロベリーソース	724	33.6
25	火	ご飯・ミートローフ・付合せ(ブロッコリー)・キャベツとハムのサラダ・コンソメスープ(ホウレン草 しめじ)・りんごゼリー(寒天)・牛乳	豚ひき肉・卵・ハム・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ブロッコリー・キャベツ・きゅうり・ほうれん草・しめじ・りんごジュース	ごはん・パン粉・マヨネーズ・砂糖・ごま油	676	27.0
26	水	ご飯・鶏肉の生姜焼き・付合せ(オクラ)・大根ときゅうりのサラダ・味噌汁(南瓜 玉葱 ネギ)・オレンジ(1/4個)・牛乳	鶏もも肉・かに風味かまぼこ・牛乳	しょうが・オクラ・大根・きゅうり・南瓜・玉ねぎ・ねぎ・オレンジ	ごはん・砂糖・マヨネーズ・すりごま(白)	700	29.0
27	木	ロールパン・白身魚野菜ソース・コロコロサラダ・コンソメスープ(キャベツ ベーコン)・カッテージチーズ和え・牛乳	ホキ・ハム・ベーコン・カッテージチーズ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・セロリ・ホールコーン・グリーンピース・キャベツ・みかん缶・もも缶	ロールパン・片栗粉・バター・三温糖・じゃが芋・マヨネーズ・砂糖	667	33.2
28	金	ご飯・とよたチャンプルー・ブロッコリーのサラダ・すまし汁(はんぺん ミツバ)・さつま芋蒸しパン・牛乳	豚もも肉・厚揚げ・卵・かつお節・シーチキン・白はんぺん・牛乳	にんじん・ピーマン・玉ねぎ・ブロッコリー・ホールコーン・いんげん・みつば	ごはん・すりごま(白)・かき油・油・砂糖・ホットケーキミックス・さつまいも	670	28.3
31	月	夏野菜カレー・和風ツナサラダ・わらびもち・牛乳	豚もも肉・シーチキン・きな粉・牛乳	なす・南瓜・ピーマン・オクラ・玉ねぎ・トマト・きゅうり・キャベツ・にんじん	ごはん・油・砂糖・わらびもち粉	734	26.0

* 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 麻婆なす 5日 ぶどう 7日 七夕メニュー 10日 すいか 13日 モロヘイヤの和え物
 14日 冷しゃぶ 24日 冬瓜のそぼろあんかけ 31日 夏野菜カレー、わらびもち
 * 豊田市給食献立より
 13日 親子煮 21日 ラタトゥイユ(新メニュー) 28日 とよたチャンプルー

