

8 月分 献立表

豊田市障がい者総合支援センター

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
1	火	ご飯・魚のムニエル・付合せ(粉ふき芋・パセリ)・春雨サラダ・コンソメスープ(キャベツ・椎茸)・すいか	さけ・ハム	きゅうり・にんじん・キャベツ・生しいたけ・すいか	ごはん・小麦粉・バター・じゃが芋・春雨・マヨネーズ	700	27.8
2	水	ご飯・厚揚げとひじきの旨煮・ブロッコリーの和え物・味噌汁(玉葱・三つ葉)・りんごゼリー(寒天)	厚揚げ・ソフト豆腐・鶏ひき肉	ひじき・にんじん・いんげん・ブロッコリー・ホールコーン・玉ねぎ・みつば・りんごジュース	ごはん・油・砂糖・すりごま(白)	673	23.1
3	木	ご飯・豚肉の生姜焼き・付合せ(ブロッコリー)塩・胡瓜のおかか和え・味噌汁(豆腐・ワカメ・ネギ)・レーズン蒸しパン	豚もも肉・卵・かつお節・木綿豆腐	玉ねぎ・しょうが・ブロッコリー・きゅうり・にんじん・わかめ・ねぎ・レーズン	ごはん・油・砂糖・片栗粉・ホットケーキミックス	710	29.9
4	金	ご飯・魚のごま味噌焼き・付合せ(ホウレン草・人参)醤油・長芋とオクラの酢の物・すまし汁(エノキ・カマボコ・ネギ)・バナナ(1/2本)	さわら・かまぼこ	ほうれん草・にんじん・オクラ・えのき茸・ねぎ・バナナ	ごはん・砂糖・すりごま(白)・ながいも	680	28.6
7	月	ご飯・魚の梅肉焼き・付合せ(インゲンゴマ和え)・じゃが芋と薩摩揚げの煮物・味噌汁(エノキ・アゲ)・抹茶ミルク寒天	ホキ・さつま揚げ・油揚げ・牛乳	大葉・いんげん・にんじん・玉ねぎ・グリーンピース・えのき茸・寒天	ごはん・砂糖・すりごま(白)・じゃが芋	638	29.3
8	火	ご飯・麻婆なす・ハムとブロッコリーの中華サラダ・中華スープ(豆腐・ニラ)・マラーカオ	豚ひき肉・ハム・木綿豆腐・卵・牛乳	なす・にんじん・白ねぎ・しょうが・グリーンピース・ブロッコリー・ホールコーン・にら	ごはん・ごま油・砂糖・片栗粉・ホットケーキミックス	712	23.5
9	水	ご飯・鶏肉の山椒焼き・付合せ(人参・いんげん)塩・じゃこサラダ・味噌汁(もやし・ワカメ・ネギ)・ピーチゼリー(寒天)	鶏もも肉・しらす干し	にんじん・いんげん・キャベツ・きゅうり・もやし・わかめ・ねぎ・もも缶	ごはん・砂糖・片栗粉・ごま油	673	24.9
10	木	親子丼・磯香和え・すまし汁(手まり麩・ネギ)・パイン	鶏むね肉・卵	玉ねぎ・干し椎茸・みつば・ほうれん草・もやし・刻みのり・ねぎ・パイン	砂糖・片栗粉・ごはん・てまりふ	647	26.0
16	水	ご飯・魚の照り焼き・付合せ(インゲン)しょうゆ・きゅうりとわかめの酢の物・味噌汁(玉葱・油揚げ・ネギ)・フルーツインゼリー(寒天)	さわら・油揚げ	いんげん・きゅうり・わかめ・玉ねぎ・ねぎ・みかん缶・もも缶・りんご缶・寒天	ごはん・砂糖・片栗粉	637	26.3
17	木	ご飯・蒸し鶏中華風・付合せ(人参・ブロッコリー)塩・カニカマとキャベツの中華サラダ・中華スープ(ホウレン草・椎茸)・パインのヨーグルトあえ	鶏もも肉・かに風味かまぼこ・ヨーグルト	しょうが・白ねぎ・ブロッコリー・にんじん・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・ほうれん草・生しいたけ	ごはん・胡麻ドレッシング・砂糖・ごま油	691	25.4
18	金	ご飯・豆腐のそぼろあんかけ・付合せ(オクラ)しょうゆ・辛し和え・味噌汁(じゃが芋・玉葱・ミツバ)・いちごミルクゼリー(寒天)	木綿豆腐・鶏ひき肉・卵	グリーンピース・オクラ・いんげん・にんじん・玉ねぎ・みつば・寒天	ごはん・砂糖・片栗粉・油・じゃが芋	653	25.1
21	月	ご飯・鯖の漬け焼き・付合せ(インゲン)塩・大根のきんぴら・味噌汁(ナメコ・ワカメ・ネギ)・パイン	さわら	いんげん・大根・にんじん・グリーンピース・なめこ・わかめ・ねぎ・パイン	ごはん・油・砂糖・ごま油・白炒りごま	635	26.2
22	火	ご飯・鶏肉のカレー・照り焼き・付合せ(ブロッコリー・カリフラワー)塩・切干大根のサラダ・味噌汁(キャベツ・玉葱・ネギ)・みかん寒天	鶏もも肉	ブロッコリー・カリフラワー・ほうれん草・切干大根・キャベツ・玉ねぎ・ねぎ・みかん缶・寒天	ごはん・小麦粉・砂糖・すりごま(白)・マヨネーズ	686	25.5
23	水	焼きそば・トマトとオクラのサラダ(ツナ)・中華スープ(玉葱・ニラ・椎茸)・とけないアイス(イチゴ)	豚もも肉・ちくわ・シーチキン	キャベツ・にんじん・青のり・トマト・オクラ・ホールコーン・玉ねぎ・にら・生しいたけ	蒸し中華めん・油・砂糖・アイス風デザート(イチゴ)	648	24.7
24	木	ご飯・魚のめんたいマヨ焼き・付合せ(サニーレタス)・ハムサラダ・コンソメスープ(モヤシ・人参・パセリ)・ブラウニー	メルルーサ・辛子明太子・ハム・牛乳	玉ねぎ・サニーレタス・きゅうり・キャベツ・もやし・にんじん	ごはん・マヨネーズ・砂糖・油・ホットケーキミックス	690	26.4
25	金	ご飯・五目玉子焼き・付合せ(トマト)・ブロッコリーと人参の酢和え・味噌汁(トウモロコシ・アゲネギ)・カルピスゼリー(寒天)	卵・鶏ひき肉・木綿豆腐・油揚げ	ひじき・にんじん・白ねぎ・干し椎茸・しょうが・トマト・ブロッコリー・ねぎ	ごはん・油・砂糖・片栗粉	647	22.6
28	月	ご飯・鮭の西京焼き・付合せ(オクラ)塩・冬瓜の薄くず煮・すまし汁(はんぺん・ミツバ)・バナナ(1/2本)	鮭西京味噌漬・鶏ひき肉・白はんぺん	オクラ・とうがん・干し椎茸・にんじん・グリーンピース・みつば・バナナ	ごはん・油・砂糖・片栗粉	637	31.0
29	火	ロールパン・ポークチャップ・付合せ(サラダ菜)・ポテトサラダ・コンソメスープ(ホウレン草・もやし)・パンナコッタ(寒天)	豚もも肉・ハム・牛乳	玉ねぎ・しめじ・サラダ菜・にんじん・きゅうり・ほうれん草・もやし・寒天	ロールパン・食パン・油・砂糖・バター・片栗粉・じゃが芋・マヨネーズ	703	29.2
30	水	ご飯・鶏やわらか煮・付合せ(インゲン＆コーン)・ナスとピーマンの炒め煮・味噌汁(キャベツ・コンジニ・ネギ)・梨(1/4個)	とりやわらか煮・さつま揚げ	いんげん・ホールコーン・なす・ピーマン・キャベツ・にんじん・ねぎ・梨	ごはん・バター・油・白炒りごま	676	29.1
31	木	ご飯・ぎせい豆腐・付合せ(南瓜)塩・和風ツナサラダ・味噌汁(ワカメ・玉葱)・マスカットゼリー	水切り豆腐・鶏ひき肉・卵・シーチキン	にんじん・生しいたけ・しょうが・グリーンピース・南瓜・キャベツ・きゅうり・わかめ	ごはん・砂糖・片栗粉・油・玉葱・カップゼリーの素(マスカット味)	679	23.0

* 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

1日 すいか 8日 麻婆なす 23日 溶けないアイス風デザート 28日 冬瓜の薄くず煮

30日 ナスとピーマンの炒め煮

* 30日 鶏やわらか煮は、非常用に備蓄してある常温保存可能品を入れ替えのため提供します。