

# 9 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	金	アルファ化米・ヒートレスシチュー・チキンごまドレサラダ・飲む野菜と果実(ピーチ)・牛乳	鶏むね肉・牛乳	ヒートレスシチュー・きゅうり・キャベツ・にんじん・飲む野菜と果実(ピーチ)	アルファ化米・胡麻ドレッシング	467	15.2
4	月	ご飯・魚のみぞれあんかけ(トマト)・南瓜の含め煮・味噌汁(豆腐揚げネギ)・角切りパインゼリー(寒天)・牛乳	ホキ・豆腐・油揚げ・牛乳	しょうが・大根・トマト・南瓜・いんげん・ねぎ・パイン缶・寒天	ごはん・片栗粉・油・砂糖・三温糖	473	19.8
5	火	ロールパン(こども)・ポークチャップ・骨太サラダ・コンソメスープ(モヤシ人参)・りんごのヨーグルトかけ・牛乳	豚もも肉・干しえび・シーチキン・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・しめじ・ひじき・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・もやし・にんじん・りんご缶	ロールパン・小麦粉・三温糖・バター・砂糖・マカロニ・マヨネーズ・白炒りごま	464	20.3
6	水	ご飯・鶏肉の生姜焼き・付合せ(さつま芋)・ハムサラダ・味噌汁(大根ワカメネギ)・みかんゼリー(寒天)・牛乳	鶏もも肉・ハム・牛乳	しょうが・きゅうり・玉ねぎ・キャベツ・大根・わかめ・ねぎ・ミカンジュース・寒天	ごはん・砂糖・さつまいも・油	480	20.3
7	木	ご飯・魚のレモン風味・付合せ(ブロッコリー)・ジャーマンポテト・コンソメスープ(ホウレン草エネギ)・カルピスゼリー(寒天)・牛乳	さけ・ベーコン・パルメザンチーズ・牛乳	ブロッコリー・にんじん・玉ねぎ・ほうれん草・えのき茸・寒天	ごはん・片栗粉・砂糖・じゃが芋・油	470	18.6
8	金	ご飯・豆腐の中華煮・カニカマとキャベツの中華サラダ・中華たまごスープ・バナナ・牛乳	豆腐・豚もも肉・かに風味かまぼこ・卵・牛乳	玉ねぎ・干し椎茸・にんじん・チンゲン菜・しょうが・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・ねぎ	ごはん・ごま油・三温糖・片栗粉・砂糖	453	18.6
9	土	ご飯・チキンカツ・付合せ(キャベツ人参)・花野菜のミモザサラダ・コンソメスープ(白菜ベーコン)・牛乳寒天・牛乳	鶏もも肉・卵・ベーコン・牛乳	キャベツ・にんじん・ブロッコリー・カリフラワー・白菜・寒天・みかん缶	ごはん・小麦粉・パン粉・油・胡麻ドレッシング・砂糖	511	18.4
12	火	ご飯・魚のピザ焼き・マカロニハムサラダ・コンソメスープ(キャベツコーン)・ピーゼリー・牛乳	ホキ・パルメザンチーズ・ハム・牛乳	ピーマン・玉ねぎ・しめじ・にんじん・きゅうり・キャベツ・ホールコーン・もも缶	ごはん・マカロニ・マヨネーズ・砂糖	464	20.8
13	水	ご飯・豚肉のくわ焼き・ほうれん草のナムル・すまし汁(玉麩ネギ)・ストロベリーヨーグルト・牛乳	豚もも肉・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・いんげん・ほうれん草・もやし・刻みのみりねぎ	ごはん・砂糖・油・片栗粉・白炒りごま・ごま油・玉麩	457	21.6
14	木	チキンカレーライス・大豆サラダ・パイン・牛乳	鶏むね肉・大豆・牛乳	玉ねぎ・にんじん・きゅうり・キャベツ・パイン	じゃが芋・油・ごはん・押し麦・マヨネーズ	502	17.3
15	金	ご飯・赤魚の粕漬焼き・付合せ(インゲン)・南瓜サラダ(ゆで卵)・味噌汁(大根油揚げネギ)・ミルクゼリー(寒天)・牛乳	赤魚粕漬け・卵・油揚げ・牛乳	いんげん・南瓜・きゅうり・玉ねぎ・大根・ねぎ・寒天	ごはん・マヨネーズ・砂糖	455	21.7
19	火	ご飯・ふりかけ・かに玉・パンパンジー・中華スープ(人参玉ねぎ)・フルーツ白玉・牛乳	卵・かに風味かまぼこ・鶏むね肉・牛乳	生しいたけ・たけのこ・ねぎ・しょうが・きゅうり・トマト・にんじん・玉ねぎ・パイン缶	ごはん・油・砂糖・片栗粉・春雨・すりごま(白)・ごま油・やわらか福もち(白)	462	17.7
20	水	ご飯・魚の照り焼き風・付合せ(キュウリ)・ひじきの五目煮・味噌汁(じゃが芋油揚げネギ)・バナナソーゼリー(寒天)・牛乳	さわら・大豆・豚もも肉・油揚げ・牛乳	きゅうり・ひじき・にんじん・グリーンピース・ねぎ・バナナ・寒天	ごはん・砂糖・油・三温糖・じゃが芋	474	23.8
21	木	ご飯・豚肉のゴマ風味焼き・付合せ(トマト)・夏野菜の味噌炒め・すまし汁(冬瓜みつば)・りんごゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・牛乳	白ねぎ・トマト・南瓜・なす・ピーマン・とうがん・みつば・りんごジュース・寒天	ごはん・すりごま(白)・油・砂糖	448	18.2
22	金	食パン(こども)・ジャム・チキンチャップ・付合せ(ブロッコリー)・グリーンサラダ(インゲン)・コンソメスープ(白菜人参)・野菜ジュースゼリー・牛乳	鶏もも肉・サイコロチーズ・牛乳	ブロッコリー・いんげん・きゅうり・白菜・にんじん・寒天・野菜ジュース	食パン・いちごジャム・片栗粉・三温糖・油・砂糖	480	21.1
25	月	ころうどん・南瓜挽肉フライ・付合せ(インゲン・コーン)・抹茶ミルク寒天・牛乳	油揚げ・シーチキン・牛乳	オクラ・わかめ・いんげん・ホールコーン・寒天	うどん・三温糖・南瓜挽肉フライ・油	467	16.6
26	火	ご飯・魚のマヨネーズ焼き・サラダで元気・コンソメスープ(大根まいたけ)・梨(1/8個)・牛乳	バス・パルメザンチーズ・ハム・かつお節・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・大根・まいたけ・梨	ごはん・マヨネーズ・パン粉・油・砂糖	464	20.1
27	水	ご飯・肉豆腐・和風ポパイサラダ・味噌汁(もやしワカメネギ)・みかん寒天・牛乳	豚もも肉・豆腐・シーチキン・牛乳	白ねぎ・生しいたけ・えのき茸・ほうれん草・にんじん・もやし・わかめ・ねぎ・みかん缶	ごはん・油・砂糖	455	20.5
28	木	ご飯・魚の味噌だれかけ・付合せ(大根スティックフライ)・胡瓜の小町和え・すまし汁(エネギカマホコミツバ)・パインのヨーグルトかけ・牛乳	さば・卵・かまぼこ・ヨーグルト・牛乳	しょうが・大根・きゅうり・にんじん・えのき茸・みつば・パイン缶	ごはん・三温糖・すりごま(白)・小麦粉・片栗粉・油・砂糖	467	19.3
29	金	萩ご飯・鶏の照り煮・付合せ(オクラ)・薩摩芋と切り昆布煮物・味噌汁(キャベツニンジンネギ)・お月見ゼリー・牛乳	鶏もも肉・ヨーグルト・牛乳	えだまめ・オクラ・糸切り昆布・キャベツ・にんじん・ねぎ・寒天・もも缶	ごはん・もち米・小豆・片栗粉・三温糖・さつまいも・油・砂糖	554	22.0

- \* 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 21日 夏野菜の味噌炒め 26日 梨 29日 萩ご飯、お月見ゼリー
- \* 豊田市給食献立より 5日 骨太サラダ
- \* お知らせ
- 1日 災害用備蓄食品を提供します。(9月1日は防災の日)
- 9日 家族参観日 たんぽぽ、ちようちよ・とんぼは給食提供があります。
- 11日 代休の為、給食提供はありません。

