

12 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
2	月	おかゆ・鶏肉の生姜焼き(軟)・付合せ(キャベツ 人参)・森のサラダ(軟)・味噌汁(大根 ホウレンソウ)・ミルクゼリー(ゼラチン)・牛乳	鶏もも肉・シーチキン・ゼラチン・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじん・生しいたけ・えのき茸・玉ねぎ・大根・ほうれん草	おかゆ・砂糖・マカロニ・マヨネーズ	433	23.0
3	火	おかゆ・煮魚(軟)・付合せ(南瓜)・もやし炒め(軟)・味噌汁(豆腐 なめこ ネギ)・りんごのヨーグルトかけ・牛乳	赤魚・ベーコン・豆腐・ヨーグルト・牛乳	しょうが・南瓜・もやし・ピーマン・にんじん・トウモロシフレク・なめこ・ねぎ・りんご缶	おかゆ・砂糖・片栗粉	362	18.5
4	水	おかゆ・ポークチャップ(軟)・花野菜のミモザサラダ(軟)・コンソメスープ(キャベツ ベーコン)(軟)・みかん(1個)・牛乳	豚もも肉・豆腐・卵・ベーコン・牛乳	玉ねぎ・エリンギ・ブロッコリー・カリフラワー・キャベツ・みかん	おかゆ・マッシュポテト・三温糖・バター・胡麻ドレッシング	388	18.9
5	木	おかゆ・炒り豆腐(軟)・和風パイサラダ(軟)・すまし汁(エノキ カボコ ミツバ)・さつま芋蒸しパン(軟)・牛乳	豆腐・卵・鶏ひき肉・シーチキン・かまぼこ・牛乳	グリーンピース・生しいたけ・にんじん・玉ねぎ・ほうれん草・えのき茸・みつば	おかゆ・油・砂糖・ホットケーキミックス・さつまいも	395	17.5
6	金	パン粥(コンソメ)・白菜と鮭のクリーム煮(軟)・キャベツとりんごのサラダ(軟)・野菜ジュースゼリー(ゼラチン)・牛乳	鮭・ハム・ゼラチン・牛乳	白菜・かぶ・グリーンピース・キャベツ・りんご・レズン・野菜ジュース	食パン・バター・マヨネーズ・砂糖	432	21.3
9	月	おかゆ・魚のマヨネーズ焼き(軟)・サラダで元気(軟)・コンソメスープ(モヤシ・人参)・ピーチソースゼリー・牛乳	バス・パルメザンチーズ・ハム・かつお節・牛乳	生しいたけ・玉ねぎ・キャベツ・きゅうり・トウモロシフレク・塩昆布・もやし・にんじん・もも缶	おかゆ・マヨネーズ・片栗粉・油・砂糖	376	18.5
10	火	おかゆ・ふりかけ・豚肉のゴマ風味焼き・付合せ(オクラ)・南瓜のいとし煮・味噌汁(ナメコ ワカメ ネギ)・角切りハインゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・牛乳	白ねぎ・オクラ・南瓜・なめこ・わかめ・ねぎ・パイン缶・寒天	おかゆ・すりごま(白)・油・小豆・三温糖・砂糖	344	16.9
11	水	おかゆ・変わり卵焼き(軟)・ひじきのサラダ(軟)・味噌汁(白菜 油揚げ)・ストロベリーヨーグルト・牛乳	卵・鶏ひき肉・かまぼこ・油揚げ・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・グリーンピース・長ひじき・きゅうり・にんじん・白菜	おかゆ・じゃが芋・砂糖・マヨネーズ・すりごま(白)・ストロベリーソース	369	17.8
12	木	おかゆ・鮭のねぎ味噌焼き・付合せ(さつま芋)・大根と生揚げの煮物・すまし汁(玉麴 みつば)・パンナコッタ(ゼラチン)・牛乳	さけ・豆腐・ゼラチン・牛乳	しょうが・ねぎ・大根・にんじん・グリーンピース・みつば・みかん缶	おかゆ・砂糖・片栗粉・さつまいも・三温糖・玉麴	403	20.3
13	金	ピラフ(軟)・照り焼きチキン(軟)・付合せ(ブロッコリー)・コンソメスープ(キャベツ 人参 コーン)・りんごのコンポート・牛乳	ベーコン・鶏もも肉・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・グリーンピース・ブロッコリー・キャベツ・トウモロシフレク・りんご	おかゆ・バター・砂糖	419	18.9
16	月	焼きそば(軟)・やわらか焼売・付合せ(トマト)・中華スープ(青梗菜 椎茸)・キャラメルミルクゼリー(ゼラチン)・牛乳	鶏ひき肉・かまぼこ・豆腐・卵・ゼラチン・牛乳	キャベツ・にんじん・生しいたけ・玉ねぎ・トマト・チンゲン菜	うどん・片栗粉・油・パン粉・キャラメルシロップ	344	18.2
17	火	おかゆ・白身魚野菜ソース(軟)・カリフラワーと卵のサラダ(軟)・白菜のスープ(軟)・バナナ(軟)・牛乳	メルルーサ・卵・ベーコン・かに風味かまぼこ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・セロリー・カリフラワー・白菜・トウモロシフレク・貝割大根・バナナ	おかゆ・バター・三温糖・片栗粉・マヨネーズ	357	19.1
18	水	おかゆ・すき焼き風煮(軟)・磯香和え(軟)・味噌汁(玉葱 ワカメ)・マドレーヌ(軟)・牛乳	鶏ひき肉・豆腐・かまぼこ・かに風味かまぼこ・卵・牛乳	葉ねぎ・白菜・生しいたけ・えのき茸・ほうれん草・もやし・刻みのり・玉ねぎ・わかめ	おかゆ・砂糖・ホットケーキミックス・バター	405	20.1
19	木	パン粥(コンソメ)・パンプキンシチュー(軟)・ツナとブロッコリーのサラダ(軟)・りんごゼリー(ゼラチン)・牛乳	鶏ひき肉・ベーコン・シーチキン・ゼラチン・牛乳	南瓜・玉ねぎ・ブロッコリー・トウモロシフレク・リンゴジュース	黒糖ロールパン・バター・砂糖・油	457	19.2
20	金	おかゆ・魚の味噌煮(軟)・付合せ(インゲンゴマ和え)・レンコンの炒め煮・すまし汁(豆腐 エノキ ネギ)・もものヨーグルトかけ・牛乳	さば・豆腐・ヨーグルト・牛乳	しょうが・いんげん・れんこん・にんじん・えのき茸・ねぎ・もも缶	おかゆ・砂糖・片栗粉・すりごま(白)	379	17.7
23	月	おかゆ・とんかつ風(軟)・付合せ(ブロッコリー)・和風春雨サラダ(軟)・味噌汁(もやし ワカメ ネギ)・チョコミルクプリン・牛乳	鶏もも肉・鶏むね肉・ゼラチン・牛乳	ブロッコリー・きゅうり・にんじん・もやし・わかめ・ねぎ	おかゆ・パン粉・油・春雨・砂糖・チョコシロップ	421	21.8

* 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 4日 みかん 6日 白菜と鮭のクリーム煮
 13日 クリスマスメニュー(クリスマス会) 19日 パンプキンシチュー

