

1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
5	金	七草粥風雑炊・鶏肉の竜田揚げ・付合せ(ブロッコリー)・五色和え・味噌汁(もやし カメネキ)・黒豆蒸しパン・牛乳	鶏もも肉・ちくわ・黒豆・牛乳	大根・にんじん・大根葉・生しいたけ・しょうが・ブロッコリー・キャベツ・きゅうり	ごはん・片栗粉・油・すりごま(白)・砂糖・ホットケーキミックス	710	29.4
9	火	ご飯・ぎせい豆腐・スパゲティーサラダ・味噌汁(小松菜 エノキ)・みかん(1個)・牛乳	水切り豆腐・鶏ひき肉・卵・シーチキン・牛乳	にんじん・生しいたけ・グリンピース・しょうが・玉ねぎ・きゅうり・小松菜・えのき茸	ごはん・片栗粉・砂糖・スパゲティ・マヨネーズ	675	25.7
10	水	ご飯・さわらの西京焼き・付合せ(南瓜)・ブロッコリーのおかか和え・かき玉汁(オクラ)・パンナコッタ(ゼラチン)・牛乳	鰯西京味噌漬け・かに風味かまぼこ・かつお節・卵・ゼラチン・牛乳	南瓜・ブロッコリー・にんじん・ホールコーン・オクラ	ごはん・砂糖・片栗粉	662	31.0
11	木	チキンカレーライス・キャベツとリンゴのサラダ・ドーナツ・牛乳	鶏むね肉・ハム・卵・牛乳	玉ねぎ・にんじん・グリンピース・キャベツ・りんご・レーズン	じゃが芋・油・ごはん・マヨネーズ・ホットケーキミックス・砂糖	788	25.6
12	金	ご飯・豚肉の生姜焼き・付合せ(白菜お浸し)・ひじきの白和え・味噌汁(大根 玉葱 ネギ)・角切りパインゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・ちくわ・水切り豆腐・牛乳	しょうが・白菜・ひじき・にんじん・大根・玉ねぎ・ねぎ・ハイソ缶・寒天	ごはん・油・砂糖・片栗粉・三温糖・すりごま(白)	669	33.5
15	月	ご飯・鮭のムニエル野菜のせ・南瓜サラダ(ゆで卵)・コンソメスープ(ホウレン草 コーン)・洋なしゼリー・牛乳	さけ・卵・牛乳	玉ねぎ・ピーマン・にんじん・南瓜・きゅうり・ほうれん草・ホールコーン・洋なし缶	ごはん・片栗粉・バター・マヨネーズ・砂糖	662	26.4
16	火	ご飯・鶏肉あけぼのの焼き・付合せ(ブロッコリー カリフラワー)・切干大根の煮付・すまし汁(椎茸 玉ねぎ ミツバ)・じゃがいもコアケーキ・牛乳	鶏もも肉・さつま揚げ・牛乳	ブロッコリー・カリフラワー・切干大根・にんじん・グリンピース・生しいたけ・みつば	ごはん・三温糖・玉ねぎ・じゃが芋・バター・ホットケーキミックス	723	30.5
17	水	ご飯・豚肉のゴマ風味焼き・付合せ(オクラ)・和風春雨サラダ・味噌汁(キャベツ 玉葱 カメネキ)・りんご(1/8個)・牛乳	豚もも肉・シーチキン・牛乳	白ねぎ・オクラ・きゅうり・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・わかめ・りんご	ごはん・すりごま(白)・油・春雨・砂糖	687	30.1
18	木	ロールパン・ほうれん草と卵のグラタン・キャベツとハムのサラダ・コンソメスープ(大根 まいたけ)・フルーツポンチ・牛乳	鶏もも肉・卵・パルメザンチーズ・ハム・牛乳	玉ねぎ・しめじ・ほうれん草・キャベツ・きゅうり・にんじん・大根・まいたけ・寒天	ロールパン・マカロニ・パン粉・砂糖・ごま油	748	29.4
19	金	ご飯・赤魚の粕漬焼き・付合せ(さつま芋)・もやし炒め・味噌汁(豆腐 えのき ネギ)・ストロベリーヨーグルト・牛乳	赤魚粕漬け・ベーコン・豆腐・ヨーグルト・牛乳	もやし・ピーマン・にんじん・ホールコーン・えのき茸・ねぎ	ごはん・さつまいも・油・砂糖・ストロベリーソース	672	33.6
22	月	ご飯・えびたまあんかけ・ハムとブロッコリーの中華サラダ・鶏肉と春雨のスープ・バナナ・牛乳	卵・むきえび・ハム・鶏むね肉・牛乳	えのき茸・にんじん・生しいたけ・ねぎ・グリンピース・ブロッコリー・ホールコーン・チンケン菜	ごはん・油・砂糖・片栗粉・ごま油・春雨	665	27.9
23	火	味噌煮込みうどん・南瓜挽肉フライ・付合せ(キャベツ)・蒸しプリン・鶏むね肉・かまぼこ・油揚げ・卵・牛乳	鶏むね肉・かまぼこ・油揚げ・卵・牛乳	にんじん・白菜・白ねぎ・生しいたけ・キャベツ	うどん・南瓜挽肉フライ・油・砂糖・ホットケーキミックス	697	30.0
24	水	ご飯・ポークチャップ・トマトとツナのサラダ・コンソメスープ(大根 ベーコン)・キャロット蒸しパン・牛乳	豚もも肉・シーチキン・ベーコン・牛乳	玉ねぎ・しめじ・トマト・きゅうり・ホールコーン・大根・にんじんうららし	ごはん・小麦粉・三温糖・バター・油・砂糖・ホットケーキミックス	688	26.9
25	木	ご飯・魚の照り焼き風・付合せ(インゲン)・ふろふき大根・すまし汁(エノキ カマボコ ミツバ)・おしるこ・牛乳	さば・鶏ひき肉・かまぼこ・牛乳	いんげん・大根・えのき茸・みつば	ごはん・砂糖・片栗粉・白玉団子・つぶあん	726	31.2
26	金	くろロールパン・肉団子と白菜のコンソメ煮・骨太サラダ・りんごゼリー(ゼラチン)・牛乳	鶏だんご・干しあわび・シーチキン・ゼラチン・牛乳	白菜・にんじん・グリンピース・玉ねぎ・生しいたけ・ひじき・キャベツ・きゅうり・ホールコーン	くろロールパン・砂糖・マカロニ・マヨネーズ・白炒りごま	712	26.9
29	月	ご飯・ぶりかけ・高野豆腐の旨煮・いんげんのごまマヨサラダ・味噌汁(大根 カメネキ)・みかんのヨーグルトかけ・牛乳	高野豆腐・豚ひき肉・シーチキン・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・にんじん・グリンピース・いんげん・大根・わかめ・ねぎ・みかん缶	ごはん・油・じゃが芋・三温糖・片栗粉・マヨネーズ・すりごま(白)・砂糖	724	27.3
30	火	ご飯・白身魚のフライ・付合せ(ブロッコリー)・ほうれん草のナムル・ジユリアンスープ・パイン・牛乳	バサ・卵・ベーコン・牛乳	玉ねぎ・ブロッコリー・ほうれん草・もやし・刻みのり・にんじん・セロリー・パイン	ごはん・小麦粉・パン粉・油・マヨネーズ・砂糖・白炒りごま・ごま油	790	28.9
31	水	ご飯・松風焼き・レンコンの炒め煮・すまし汁(玉ねぎ みつば)・ピー・チゼリー(ゼラチン)・牛乳	鶏ひき肉・卵・ゼラチン・牛乳	白ねぎ・れんこん・にんじん・グリンピース・みつば・もも缶	ごはん・パン粉・砂糖・すりごま(白)・油・玉ねぎ	673	27.1

* 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

5日 七草粥風雑炊、黒豆蒸しパン 9日 みかん 17日 りんご 25日 おしるこ

* 豊田市給食献立より

26日 骨太サラダ 29日 高野豆腐の旨煮

* お知らせ

11日のチキンカレーライス、23日の味噌煮込みうどんは寄付で頂いた鶏肉を使用します。

