2　月分　　献立表

ぱくぱく・かみかみ後期食

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	木	ご飯・魚の塩焼き・付合せ(法連草)・カブと油揚げの煮浸し・味噌汁(南瓜 玉葱 ﾈｷﾞ)・マドレーヌ・牛乳	さけ・油揚げ・卵・牛乳	ほうれん草・かぶ・にんじん・南瓜・玉ねぎ・ねぎ	ごはん・三温糖・ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ・バター・砂糖	469	20.3
2	金	大豆ドライカレー・おにっこコロッケ・ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ﾓﾔｼ ﾍﾞｰｺﾝ)・牛乳寒天・牛乳	大豆・豚ひき肉・ベーコン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・グリンピース・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・もやし・寒天	ごはん・バター・油・コーンスナック・砂糖・ｽﾄﾛﾍﾞﾘｰｿｰｽ	593	18.5
5	月	ご飯・ささみ南蛮・もやしのごまﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え・味噌汁(ｺﾏﾂﾅ 玉麩)・ｷｬﾗﾒﾙﾐﾙｸｾﾞﾘｰ(ｾﾞﾗﾁﾝ)・牛乳	鶏ささみ・卵・ハム・ゼラチン・牛乳	玉ねぎ・もやし・にんじん・きゅうり・小松菜	ごはん・油・砂糖・マヨネーズ・すりごま(白)・玉麩	527	23.4
6	火	ご飯・白身魚の野菜中華あん・ハムとｷｬﾍﾞﾂの中華ｻﾗﾀﾞ・中華ｽｰﾌﾟ(豆腐 ﾆﾗ)・ブラウニー・牛乳	メルルーサ・かに風味かまぼこ・ハム・錦糸卵・豆腐・卵・牛乳	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・にんじん・白菜・キャベツ・貝割大根・にら・ﾚｰｽﾞﾝ	ごはん・小麦粉・油・ごま油・片栗粉・砂糖・ごま油・ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ	486	19.3
7	水	ご飯・千草焼き・じゃが芋と薩摩揚げの煮物・味噌汁(大根 油揚 ﾈｷﾞ)・みかん寒天・牛乳	卵・豚ひき肉・さつま揚げ・油揚げ・牛乳	干し椎茸・たけのこ・にんじん・ほうれん草・玉ねぎ・グリンピース・大根・ねぎ	ごはん・油・砂糖・じゃが芋	450	17.1
8	木	食パン(こども)・ジャム(いちご)・鶏肉のブレゼー・スティックサラダ・ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(白菜ｺｰﾝ)・ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰﾖｰｸﾞﾙﾄ・牛乳	鶏もも肉・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・しめじ・きゅうり・大根・にんじん・白菜・ﾎｰﾙｺｰﾝ	食パン・いちごジャム・小麦粉・バター・三温糖・すりごま(白)・砂糖・マヨネーズ	525	21.1
9	金	ご飯・魚のごま味噌焼き・付合せ(ｵｸﾗ)・南瓜の含め煮・けんちん汁・りんご(1/8個)・牛乳	さば・豆腐・油揚げ・牛乳	オクラ・南瓜・いんげん・にんじん・ごぼう・大根・白ねぎ・りんご	ごはん・砂糖・すりごま(白)・三温糖	458	18.0
13	火	三色丼・ツナとﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｻﾗﾀﾞ・味噌汁(玉葱 えのき ﾈｷﾞ)・小豆蒸しパン・牛乳	鶏ひき肉・卵・ｼｰﾁｷﾝ・牛乳	しょうが・ほうれん草・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・ﾎｰﾙｺｰﾝ・玉ねぎ・えのき茸・ねぎ	砂糖・油・ごはん・油・ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ・ゆで小豆	528	23.5
14	水	ご飯・魚のピザ焼き・ジャーマンサラダ・ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｷｬﾍﾞﾂ ｺｰﾝ)・ムース・オ・ショコラ・牛乳	ホキ・ﾊﾟﾙﾒｻﾞﾝﾁｰｽﾞ・ウインナー・ゼラチン・牛乳	ピーマン・玉ねぎ・しめじ・きゅうり・にんじん・キャベツ・ﾎｰﾙｺｰﾝ	ごはん・じゃが芋・マヨネーズ・砂糖	522	20.1
15	木	ご飯・みそかつ・付合せ(ｷｬﾍﾞﾂ)・和風マカロニサラダ・すまし汁(大根 ﾜｶﾒ ﾈｷﾞ)・ﾋﾟｰﾁｿｰｽｾﾞﾘｰ・牛乳	豚ヒレ肉・ハム・牛乳	キャベツ・にんじん・玉ねぎ・きゅうり・大根・ねぎ・わかめ・もも缶・寒天	ごはん・小麦粉・パン粉・油・砂糖・マカロニ	478	19.7
16	金	ご飯・魚のさらさ蒸し・菜の花サラダ・味噌汁(ｼﾞｬｶﾞ芋 油揚)・ﾊﾟｲﾝのﾖｰｸﾞﾙﾄかけ・牛乳	さわら・ｼｰﾁｷﾝ・油揚げ・ヨーグルト・牛乳	しょうが・生しいたけ・にんじん・ねぎ・みつば・だし昆布・菜花・キャベツ	ごはん・マヨネーズ・じゃが芋・砂糖	456	20.1
19	月	ご飯・ふりかけ・炒り豆腐・和風サラダ・味噌汁(南瓜 ｲﾝｹﾞﾝ)・ポパイマフィン・牛乳	水切り豆腐・卵・鶏ささみ・かに風味かまぼこ・牛乳	グリンピース・干し椎茸・にんじん・玉ねぎ・わかめ・キャベツ・きゅうり・貝割大根・南瓜	ごはん・油・砂糖・白炒りごま・ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ・バター	495	19.9
20	火	ご飯・魚のカレームニエル・付合せ(ｶﾘﾌﾗﾜｰ)・ﾄﾏﾄとﾍﾞｰｺﾝのｻﾗﾀﾞ・にんじんとわかめのスープ・バナナ・牛乳	さけ・ベーコン・牛乳	ｶﾘﾌﾗﾜｰ・トマト・きゅうり・ﾎｰﾙｺｰﾝ・にんじん・わかめ・バナナ	ごはん・小麦粉・バター・油・砂糖	467	22.5
21	水	ご飯・みそおでん・和風ポパイサラダ・すまし汁(玉麩 ﾈｷﾞ)・角切りﾘﾝｺﾞｾﾞﾘｰ・牛乳	うずら卵水煮・ちくわ・鶏ひき肉・ｼｰﾁｷﾝ・牛乳	にんじん・大根・グリンピース・ほうれん草・ねぎ・りんご缶・寒天	ごはん・じゃが芋・三温糖・片栗粉・砂糖・油・玉麩	484	18.2
22	木	スパゲティナポリタン・チキンナゲット・付合せ(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ)・ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(白菜 椎茸)・ヨーグルトゼリー・牛乳	ウインナー・ﾁｷﾝﾅｹﾞｯﾄ・ヨーグルト・ゼラチン・牛乳	にんじん・ピーマン・玉ねぎ・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・白菜・生しいたけ・もも缶	スパゲティ・油・マヨネーズ・砂糖	482	21.0
26	月	ご飯・煮魚・付合せ(さつま芋)・キャベツのゴマ酢あえ・味噌汁(ﾓﾔｼ ｱｹﾞ ﾜｶﾒ)・白玉きなこ・牛乳	赤魚・鶏むね肉・油揚げ・きな粉・牛乳	しょうが・キャベツ・きゅうり・にんじん・もやし・わかめ	ごはん・砂糖・さつまいも・白炒りごま・ごま油・やわらか福もち(白)	456	22.0
27	火	ロールパン(こども)・ﾏｶﾛﾆのｸﾘｰﾑ煮・花野菜のミモザサラダ・ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(大根 まいたけ)・オレンジゼリー・牛乳	鶏むね肉・ベーコン・卵・ゼラチン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・しめじ・グリンピース・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・ｶﾘﾌﾗﾜｰ・大根・まいたけ・ｵﾚﾝｼﾞｼﾞｭｰｽ	ロールパン・マカロニ・じゃが芋・バター・胡麻ドレッシング・砂糖	487	21.0
28	水	ご飯・豚肉のBBQソース・付合せ(ｷｭｳﾘ)・にんじんのﾏﾖﾈｰｽﾞｻﾗﾀﾞ・コーンスープ・パイン・牛乳	豚もも肉・ｼｰﾁｷﾝ・牛乳	しょうが・りんご缶詰・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・パイン	ごはん・砂糖・片栗粉・マヨネーズ	528	22.7
29	木	ご飯・カジキの五色和え・春雨の酢の物・味噌汁(豆腐 えのき)・カルピスゼリー(ｾﾞﾗﾁﾝ)・牛乳	まかじき・大豆・ハム・豆腐・ゼラチン・牛乳	にんじん・グリンピース・きゅうり・えのき茸・ねぎ	ごはん・さつまいも・片栗粉・油・砂糖・春雨・ごま油	557	19.4

＊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
2日 大豆ドライカレー、おにっこコロッケ(節分メニュー)
14日 ムース・オ・ショコラ(バレンタインデー)
16日 菜の花サラダ(菜の花プロジェクト様より寄贈された菜の花を提供します。)
＊豊田市給食献立より
9日 けんちん汁