

3 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	ちらし寿司・鶏の照り煮・付合せ(ブロッコリー)・すまし汁(手毬麩 オクラ ミツバ)・ひなまつりゼリー・牛乳	鶏糸卵・すしでんぶ・鶏もも肉・牛乳	かんぴょう・にんじん・干し椎茸・れんこん・刻みのり・ブロッコリー・オクラ・みつば	砂糖・ごはん・片栗粉・三温糖・てまりふ・桃の花三色ゼリー	544	20.6
4	月	カレーうどん・ツナサラダ・りんご蒸しパン・牛乳	鶏もも肉・かまぼこ・油揚げ・シーチキン・牛乳	にんじん・玉ねぎ・白ねぎ・生しいたけ・きゅうり・キャベツ・りんご缶	うどん・片栗粉・ホットケーキミックス	480	18.6
5	火	ご飯・ふりかけ・魚の蒲焼風・付合せ(オクラ)・胡瓜の小町和え・豆乳のバランスみそ汁・ぶどうゼリー(ゼラチン)・牛乳	ホキ・卵・油揚げ・豆乳・ゼラチン・牛乳	しょうが・オクラ・きゅうり・にんじん・白菜・大根・ねぎ・ぶどうジュース	ごはん・片栗粉・小麦粉・三温糖・油・砂糖・すりごま(白)・じゃが芋	456	23.3
6	水	ご飯・豚肉の味噌くわ焼き・春雨とカニカマのサラダ・すまし汁(法蓮草 えのき)・牛乳寒天・牛乳	豚もも肉・かに風味かまぼこ・鶏糸卵・牛乳	玉ねぎ・なす・ねぎ・きゅうり・わかめ・ほうれん草・えのき茸・寒天・みかん缶	ごはん・砂糖・油・片栗粉・春雨・マヨネーズ・すりごま(白)	513	22.7
7	木	食パン・ジャム(マーマレード)・ごぼうフライ・チリコンカン・グリーンサラダ(インゲン)・コンソメスープ(白菜 人参)・ストロベリーヨーグルト・牛乳	合挽肉・大豆・サイコロチーズ・ヨーグルト・牛乳	ごぼう・玉ねぎ・ホールコーン・トマト缶詰・いんげん・きゅうり・白菜・にんじん	食パン・マーマレード・油・じゃが芋・三温糖・砂糖	513	19.7
8	金	ご飯・魚のマヨネーズ焼き・大根とベーコンのサラダ・マカロニスープ・バナナ・牛乳	バス・パルメザンチーズ・ベーコン・牛乳	しめじ・玉ねぎ・大根・にんじん・セロリー・バナナ	ごはん・マヨネーズ・パン粉・油・砂糖・シエルマカロニ	536	20.6
11	月	ご飯・魚の味噌煮・付合せ(さつま芋)・切干大根のサラダ・すまし汁(エノキ オクラ ミツバ)・りんご(1/8個)・牛乳	さば・牛乳	しょうが・ほうれん草・切干大根・えのき茸・オクラ・みつば・りんご	ごはん・砂糖・さつまいも・すりごま(白)・マヨネーズ	472	18.0
12	火	クロロールパン・ミートローフ・付合せ(トマト)・ブロッコリーのマヨネーズサラダ・コンソメスープ(キャベツ 椎茸)・ピーチゼリー・牛乳	豚ひき肉・卵・ハム・ゼラチン・牛乳	にんじん・玉ねぎ・トマト・ブロッコリー・ホールコーン・キャベツ・生しいたけ・もも缶	クロロールパン・パン粉・マヨネーズ・砂糖	491	20.8
13	水	ご飯・かに玉・チキンごまドレサラダ・中華スープ(豆腐 ワカメ)・フルーツ白玉・牛乳	卵・かに風味かまぼこ・鶏むね肉・豆腐・牛乳	生しいたけ・たけのこ・ねぎ・しょうが・きゅうり・キャベツ・にんじん・わかめ・パイン缶	ごはん・油・砂糖・片栗粉・胡麻ドレッシング・やわらか福もち(白)	466	18.1
14	木	ご飯・カレイの漬け焼き・付合せ(インゲン)・ひじきの煮付け・味噌汁(じゃが 芋 玉葱 ネギ)・かぼちゃプリン(ゼラチン)・牛乳	カラスガレイ・油揚げ・鶏もも肉・ゼラチン・牛乳	いんげん・ひじき・にんじん・グリーンピース・玉ねぎ・ねぎ・南瓜ペースト	ごはん・油・三温糖・じゃが芋・砂糖・ホットケーキシロップ	492	21.0
15	金	ご飯・鶏肉のケチャップ揚げ・付合せ(ブロッコリー)・サラダで元気・コンソメスープ(もやし 舞茸)・チーズケーキ・牛乳	鶏もも肉・ハム・かつお節・クリームチーズ・卵・牛乳	ブロッコリー・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・塩昆布・もやし・まいたけ・いちご	ごはん・片栗粉・油・三温糖・砂糖・小麦粉	585	21.5

* 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 ひなまつりメニュー
 * 豊田市給食献立より
 5日 豆乳のバランスみそ汁

