

# 5 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
1	水	おかゆ・魚のゴマ照り焼き(軟)・付合せ(白菜お浸し)・胡瓜のおかか和え・すまし汁(玉麩ネギ)・さつま芋蒸しパン(軟)・牛乳	さわら・錦糸卵・かつお節・牛乳	白菜・きゅうり・にんじん・ねぎ	おかゆ・砂糖・すりごま(白)・片栗粉・玉麩・ホットケーキミックス・さつまいも	392	21.8
2	木	カレーライス(軟)・かぶと型ハンバーグ(軟)・付合せ(ブロッコリー)・野菜スープ(軟)・クリームソーダ風ゼリー・牛乳	ハム・ハンバーグ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・トウモロコシフレーク・グリーンピース・ブロッコリー・キャベツ・生しいたけ	おかゆ・バター・三温糖・片栗粉・マヨネーズ・クリームソーダ風ゼリー	373	12.7
7	火	おかゆ・チキンチャップ(軟)・付合せ(キャベツ)・和風ポパイサラダ(軟)・コンソメスープ(大根 舞茸)軟・りんごのヨーグルトかけ・牛乳	鶏もも肉・シーチキン・ヨーグルト・牛乳	キャベツ・ほうれん草・にんじん・大根・まいたけ・りんご缶	おかゆ・三温糖・砂糖・油	405	20.0
8	水	おかゆ・豚肉の生姜焼き(軟)・付合せ(オクラ)・和風マカロニサラダ(軟)・すまし汁(法蓮草 モヤシ)・ピーチソースゼリー・牛乳	豚もも肉・ハム・牛乳	しょうが・オクラ・にんじん・玉ねぎ・きゅうり・ほうれん草・もやし・もも缶・寒天	おかゆ・砂糖・油・マカロニ・油	341	17.9
9	木	おかゆ・魚のレモン風味(軟)・付合せ(きゅうり)・カリフラワーと卵のサラダ(軟)・コンソメスープ(キャベツ 人参)・バナナ(軟)・牛乳	さけ・卵・ベーコン・牛乳	きゅうり・カリフラワー・キャベツ・にんじん・バナナ	おかゆ・片栗粉・砂糖・マヨネーズ	382	22.0
10	金	おかゆ・ふりかけ・ぎせい豆腐(軟)・いんげんのごまヨサダ・味噌汁(玉葱 えのきネギ)・牛乳寒天・牛乳	豆腐・鶏ひき肉・卵・シーチキン・牛乳	にんじん・生しいたけ・グリーンピース・しょうが・いんげん・玉ねぎ・えのき茸・ねぎ	おかゆ・砂糖・片栗粉・マヨネーズ・すりごま(白)・ストロベリーソース	352	16.1
13	月	おかゆ・魚の塩焼き(軟)・付合せ(さつま芋)・大根と生揚げの煮物(軟)・すまし汁(玉麩 わかめ)・ブルーベリーヨーグルト・牛乳	塩さば・豆腐・ヨーグルト・牛乳	大根・にんじん・グリーンピース・わかめ	おかゆ・片栗粉・さつまいも・三温糖・玉麩・砂糖・ブルーベリーソース	366	19.4
14	火	パン粥(ミルク)・ジャム(いちご)・ハッシュドチキン(軟)・じゃこサラダ(軟)・コンソメスープ(インゲン コーン)・オレンジゼリー・牛乳	鶏ひき肉・しらす干し・牛乳	玉ねぎ・にんじん・エリンギ・グリーンピース・キャベツ・きゅうり・いんげん・トウモロコシフレーク	食パン・いちごジャム・バター・砂糖・ごま油	436	17.5
15	水	おかゆ・蒸し鶏中華風・付合せ(トマト)・春雨とキャベツの中華和え・中華スープ(青梗菜 椎茸)・バナナソーゼリー(寒天)・牛乳	鶏ひき肉・豆腐・卵・ハム・牛乳	ねぎ・トマト・もやし・キャベツ・きゅうり・チンゲン菜・生しいたけ・バナナ・寒天	おかゆ・パン粉・胡麻ドレッシング・春雨・砂糖・ごま油	360	15.5
16	木	おかゆ・お好み焼き風卵焼き(軟)・ブロッコリーのサラダ(軟)・味噌汁(豆腐 揚げネギ)・角切りりんごゼリー・牛乳	卵・鶏ひき肉・かつお節・豆腐・油揚げ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・キャベツ・ピーマン・青のり・ブロッコリー・トウモロコシフレーク・いんげん	おかゆ・ながいも・マヨネーズ・砂糖・油	351	16.9
17	金	おかゆ・魚のカレームニエリ(軟)・付合せ(カリフラワー)・ジャーマンサラダ(軟)・コンソメスープ(キャベツ エキ)・メロン・牛乳	さけ・ベーコン・牛乳	カリフラワー・きゅうり・にんじん・キャベツ・えのき茸・メロン	おかゆ・バター・片栗粉・じゃが芋・マヨネーズ	373	21.5
20	月	焼きそば(軟)・やわらか焼売・付合せ(ブロッコリー)・中華スープ(玉葱 ニラ)・ピーチゼリー・牛乳	鶏ひき肉・かまぼこ・豆腐・卵・牛乳	キャベツ・にんじん・生しいたけ・玉ねぎ・ブロッコリー・にら・もも缶・寒天	うどん・片栗粉・パン粉・砂糖	344	16.2
21	火	おかゆ・魚の味噌煮(軟)・付合せ(インゲン)・大根のきんぴら(軟)・すまし汁(エノキ オクラ ミツバ)・バナナ(軟)・牛乳	さば・牛乳	しょうが・いんげん・大根・にんじん・グリーンピース・えのき茸・オクラ・みつば・バナナ	おかゆ・砂糖・片栗粉・ごま油・すりごま(白)	372	16.3
22	水	おかゆ・鶏肉のあげほの焼き(軟)・付合せ(キュウリ)・にんじんのマヨネーズサラダ・味噌汁(白菜 アケネギ)・パインのヨーグルトかけ・牛乳	鶏もも肉・シーチキン・油揚げ・ヨーグルト・牛乳	きゅうり・にんじん・玉ねぎ・白菜・ねぎ・パイン缶	おかゆ・マヨネーズ・砂糖	398	19.9
23	木	おかゆ・魚のチーズ風味・付合せ(粉ふき芋)・ミモザサラダ・コンソメスープ(モヤシ 人参)・みかん寒天・牛乳	ホキ・パルメザンチーズ・卵・牛乳	きゅうり・ブロッコリー・トマト・もやし・にんじん・みかん缶・寒天	おかゆ・油・三温糖・片栗粉・じゃが芋・砂糖	334	19.8
24	金	おかゆ・豚肉のゴマ風味焼き(軟)・付合せ(法蓮草)(軟)・春雨サラダ(軟)・味噌汁(シタケ わかめ)・ミルクゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・ハム・牛乳	白ねぎ・ほうれん草・きゅうり・にんじん・生しいたけ・わかめ・寒天	おかゆ・すりごま(白)・春雨・マヨネーズ・砂糖	380	19.2
27	月	おかゆ・魚の味噌マヨ焼き(軟)・付合せ(ブロッコリー)・キャベツのゴマ酢和(軟)・すまし汁(豆腐 エノキ ネギ)・白玉きなこ(軟)・牛乳	バサ・鶏ささ身・豆腐・きな粉・牛乳	ブロッコリー・キャベツ・きゅうり・にんじん・えのき茸・ねぎ	おかゆ・砂糖・マヨネーズ・片栗粉・すりごま(白)・ごま油	412	22.7
28	火	おかゆ・照り焼きチキン(軟)・付合せ(人参)・グリーンサラダ(インゲン)・コンソメスープ(キャベツ コーン)・ココア蒸しパン(軟)・牛乳	鶏もも肉・サイコロチーズ・牛乳	にんじん・いんげん・きゅうり・キャベツ・トウモロコシフレーク	おかゆ・砂糖・油・ホットケーキミックス	400	18.3
29	水	おかゆ・豆腐の中華煮(軟)・ツナとブロッコリーの中華サラダ(軟)・中華たまごスープ・チェリーペースト・牛乳	豆腐・鶏ひき肉・シーチキン・卵・牛乳	玉ねぎ・生しいたけ・にんじん・チンゲン菜・しょうが・ブロッコリー・トウモロコシフレーク・ねぎ・アメリカンチェリー	おかゆ・ごま油・三温糖・片栗粉・砂糖	346	17.2
30	木	パン粥(ミルク)・ミートボール野菜ソース(軟)・ひじきのサラダ(軟)・コンソメスープ(ホウレン草 もやし)(軟)・洋なしゼリー・牛乳	鶏だんご・かまぼこ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・セロリー・長ひじき・きゅうり・ほうれん草・もやし・洋なし缶	黒糖ロールパン・バター・三温糖・砂糖・マヨネーズ・すりごま(白)	420	15.9
31	金	おかゆ・魚の蒲焼風(軟)・付合せ(オクラ)・じゃが芋と薩摩揚げの煮物(軟)・味噌汁(大根 油揚げネギ)・抹茶ミルク寒天・牛乳	ホキ・白はんぺん・油揚げ・牛乳	しょうが・オクラ・にんじん・玉ねぎ・グリーンピース・大根・ねぎ・寒天	おかゆ・三温糖・片栗粉・じゃが芋・砂糖	346	21.7

\* 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 こどもの日メニュー 17日 メロン 29日 アメリカンチェリー

