

# 6 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	土	ご飯・ミートローフ・付合せ(インゲン)・ブロッコリーのコンソメスープ(キャベツ・舞茸)・ぶどうゼリー(寒天)・牛乳	豚ひき肉・卵・ハム・牛乳	にんじん・玉ねぎ・いんげん・ブロッコリー・ホールコーン・キャベツ・まいたけ・ぶどうジュース	ごはん・パン粉・胡麻ドレッシング・砂糖	457	17.7
4	火	ご飯・豚肉の味噌くわ焼き・千草和え・すまし汁(玉麩 みつば)・牛乳寒天・牛乳	豚もも肉・油揚げ・牛乳	玉ねぎ・なす・ねぎ・ほうれん草・にんじん・みつば・寒天・みかん缶	ごはん・砂糖・油・片栗粉・三温糖・玉麩	467	22.6
5	水	ご飯・スパニッシュオムレツ・ツナサラダ・コンソメスープ(白菜コーン)・ストロベリーヨーグルト・牛乳	卵・ウインナー・シーチキン・ヨーグルト・牛乳	トマト・ピーマン・玉ねぎ・きゅうり・キャベツ・にんじん・白菜・ホールコーン	ごはん・じゃが芋・油・バター・マヨネーズ・砂糖・ストロベリーソース	515	17.5
6	木	ご飯・魚の竜田揚げ・付合せ(ブロッコリー カリフラワー)・南瓜のそぼろあんかけ・味噌汁(玉葱 えのきネギ)・パン・牛乳	ホキ・鶏ひき肉・牛乳	しょうが・ブロッコリー・カリフラワー・南瓜・グリーンピース・玉ねぎ・えのき茸・ねぎ・パン	ごはん・片栗粉・油・砂糖	473	22.5
7	金	枝豆ごはん・鶏の照り煮・付合せ(さつま芋)・胡瓜の小町和え・そうめん汁(ネギ)・水ようかん・牛乳	鶏もも肉・卵・牛乳	えだまめ・きゅうり・にんじん・ねぎ・寒天	ごはん・片栗粉・三温糖・さつまいも・油・砂糖・すりごま(白)・そうめん冷凍・こしあん	505	22.2
10	月	ご飯・魚の味噌だれかけ・付合せ(オクラ)・ブロッコリーのおかか和え・すまし汁(玉麩 わかめ)・バナナ・牛乳	さば・ハム・かつお節・牛乳	しょうが・オクラ・ブロッコリー・にんじん・ホールコーン・わかめ・バナナ	ごはん・三温糖・すりごま(白)・砂糖・玉麩	453	19.6
11	火	ロールパン(こども)・鶏肉のプレザー・大豆サラダ・コンソメスープ(ほうれん草 エノキ)・パンゼリー(寒天)・牛乳	鶏もも肉・大豆・牛乳	玉ねぎ・しめじ・にんじん・きゅうり・キャベツ・ほうれん草・えのき茸・パンジュース・寒天	ロールパン・小麦粉・バター・三温糖・マヨネーズ・砂糖	487	22.3
12	水	ご飯・肉じゃが・ほうれん草のナムル・味噌汁(大根 油揚 ネギ)・豆乳ゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・油揚げ・豆乳・牛乳	にんじん・玉ねぎ・グリーンピース・ほうれん草・もやし・刻みのり・大根・ねぎ・寒天	ごはん・じゃが芋・油・三温糖・白炒りごま・砂糖・ごま油・ブルーベリーソース	460	17.5
13	木	ご飯・麻婆豆腐・カニカマとキャベツの中華サラダ・中華スープ(青梗菜 もやし)・りんご蒸しパン・牛乳	豆腐・豚ひき肉・かに風味かまぼこ・牛乳	ねぎ・生しいたけ・しょうが・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・チンゲン菜・もやし・りんご缶	ごはん・三温糖・片栗粉・ごま油・砂糖・ホットケーキミックス	453	17.5
14	金	ご飯・魚のムニエル・付合せ(トマト)・コロコロサラダ・コンソメスープ(キャベツ・椎茸)・みかんのヨーグルトかけ・牛乳	さけ・ハム・ヨーグルト・牛乳	トマト・にんじん・ホールコーン・グリーンピース・キャベツ・生しいたけ・みかん缶	ごはん・小麦粉・バター・じゃが芋・マヨネーズ・砂糖	482	23.2
17	月	親子丼・サラダで元気・味噌汁(豆腐 なめこネギ)・洋梨蒸しパン・牛乳	鶏むね肉・卵・ハム・かつお節・豆腐・牛乳	玉ねぎ・みつば・干し椎茸・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・塩昆布・なめこ・ねぎ	砂糖・片栗粉・ごはん・油・ホットケーキミックス	453	20.5
18	火	ご飯・煮魚・付合せ(さつま芋)・もやし炒め・すまし汁(エノキ オクラ)・ヨーグルトゼリー(寒天)・牛乳	赤魚・ベーコン・ヨーグルト・牛乳	しょうが・もやし・ピーマン・にんじん・ホールコーン・えのき茸・オクラ・寒天・もも缶	ごはん・砂糖・さつまいも・油	453	21.7
19	水	ご飯・鶏肉のチーズパン粉焼き・付合せ(キュウリ)・南瓜サラダ(ハム)・コンソメスープ(キャベツ 人参)・サワーゼリー(寒天)・牛乳	鶏ささみ・パルメザンチーズ・ハム・牛乳	きゅうり・南瓜・玉ねぎ・キャベツ・にんじん・寒天	ごはん・小麦粉・パン粉・マヨネーズ	476	21.1
20	木	ご飯・魚の照り焼き風・付合せ(ブロッコリー)・ナスとピーマンの炒め煮・味噌汁(大根 モヤシ ネギ)・牛乳わらび餅・牛乳	さわら・さつま揚げ・きな粉・牛乳	ブロッコリー・なす・ピーマン・大根・もやし・ねぎ	ごはん・砂糖・油・白炒りごま・わらびもち粉	474	21.1
21	金	クローロールパン(こども)・ポークビーンズ・切干大根のサラダ・わかめと鶏肉のスープ・メロン・牛乳	豚もも肉・大豆・ベーコン・鶏むね肉・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ほうれん草・切干大根・わかめ・ねぎ・メロン	くろロールパン・じゃが芋・三温糖・油・すりごま(白)・マヨネーズ・砂糖・片栗粉	449	20.5
24	月	ご飯・魚のマリネ・花野菜のミモザサラダ・コンソメスープ(ハム・シメジ)・キャラメルミルクゼリー(寒天)・牛乳	さけ・卵・ハム・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ブロッコリー・カリフラワー・しめじ・寒天	ごはん・小麦粉・片栗粉・油・砂糖・胡麻ドレッシング・キャラメルシロップ	461	21.3
25	火	ご飯・ふりかけ・豚肉の生姜焼き・付合せ(人参)・長芋のツナマヨネーズ・味噌汁(もやし ワカメネギ)・トマト寒天・牛乳	豚もも肉・シーチキン・牛乳	しょうが・にんじん・いんげん・玉ねぎ・もやし・わかめ・ねぎ・トマトジュース 食塩無添加・リンゴジュース	ごはん・油・砂糖・片栗粉・長芋・マヨネーズ	489	21.9
26	水	ご飯・魚のごま味噌焼き・付合せ(ブロッコリー)・じゃがいもの三杯酢・すまし汁(エノキ カマボコミツバ)・バナナ・牛乳	さば・ハム・かまぼこ・牛乳	ブロッコリー・きゅうり・しょうが・えのき茸・みつば・バナナ	ごはん・砂糖・すりごま(白)・じゃが芋	478	19.1
27	木	ミートスパゲティ・コールスローサラダ・コンソメスープ(法蓮草 ベーコン)・パンナコッタ(寒天)・牛乳	豚ひき肉・ベーコン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・みかん缶・ほうれん草・寒天	スパゲティ・油・小麦粉・砂糖	513	17.9
28	金	ご飯・鶏と高野豆腐の旨煮・いんげんのごまヨササラダ・味噌汁(白菜 ワカメ)・ブレン蒸しパン・牛乳	高野豆腐・鶏むね肉・かまぼこ・シーチキン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・たけのこ・干し椎茸・みつば・いんげん・白菜・わかめ	ごはん・三温糖・片栗粉・マヨネーズ・すりごま(白)・砂糖・ホットケーキミックス	475	20.2

\* 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  
 7日 枝豆ごはん、そうめん汁、水ようかん 20日 牛乳わらび餅 21日 メロン 25日 トマト寒天  
 \* お知らせ  
 3日 通園施設代休のため、給食提供はありません。

