

# 8 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  | 木 | おかゆ・魚のムニエル(軟)・付合せ(トマト)・和風マカロニサラダ(軟)・コンソメスープ(キャベツ・コーン)・りんご蒸しパン(軟)・牛乳       | さけ・ハム・牛乳                    | トマト・にんじん・玉ねぎ・きゅうり・キャベツ・トウモロコシ・ブロッコリー・りんご缶           | おかゆ・バター・片栗粉・マカロニ・砂糖・油・ホットケーキミックス  | 379   | 21.3 |
| 2  | 金 | おかゆ・鶏の照り煮(軟)・付合せ(キャベツ)・ひじきのサラダ(軟)・味噌汁(大根・わかめ)・バナナ(軟)・牛乳                   | 鶏もも肉・かまぼこ・牛乳                | キャベツ・長ひじき・きゅうり・にんじん・大根・わかめ・バナナ                      | おかゆ・三温糖・砂糖・マヨネーズ・すりごま(白)          | 406   | 19.0 |
| 5  | 月 | 冷やし中華(軟)・やわらか焼売・付合せ(ブロッコリー・カリフラワー)・パンナコッタ(寒天)・牛乳                          | 鶏糸卵・ハム・鶏ひき肉・豆腐・卵・牛乳         | にんじん・きゅうり・生しいたけ・玉ねぎ・ブロッコリー・カリフラワー・寒天                | うどん・パン粉・片栗粉・マヨネーズ・砂糖              | 440   | 18.7 |
| 6  | 火 | おかゆ・魚のチーズ風味・付合せ(キュウリ)・南瓜サラダ(ハム)(軟)・コンソメスープ(大根・舞茸)・すいか・牛乳                  | ホキ・パルメザンチーズ・ハム・牛乳           | きゅうり・南瓜・玉ねぎ・大根・まいたけ・すいか                             | おかゆ・三温糖・片栗粉・マヨネーズ                 | 348   | 20.1 |
| 7  | 水 | おかゆ・高野豆腐の旨煮(軟)・春雨の酢の物(軟)・味噌汁(モヤシ・アケネギ)・牛乳・寒天・牛乳                           | 豆腐・鶏ひき肉・かに風味かまぼこ・油揚げ・牛乳     | 玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・きゅうり・もやし・ねぎ・寒天・みかん缶                | おかゆ・じゃが芋・三温糖・片栗粉・春雨・砂糖・ごま油        | 360   | 16.2 |
| 8  | 木 | パン粥・ジャム(りんご)・ミートボールケチャップ煮・カリフラワーのサラダ(軟)・コンソメスープ(ほうれん草・エノキ)・ピーチソースゼリー・牛乳   | 鶏だんご・牛乳                     | 玉ねぎ・にんじん・ピーマン・カリフラワー・トウモロコシ・レーク・いんげん・ほうれん草・えのき茸     | 食パン・りんごジャム・三温糖・片栗粉・砂糖・油           | 433   | 16.2 |
| 9  | 金 | おかゆ・魚の味噌マヨ焼き(軟)・付合せ(インゲン)・キャベツのゴマ酢和(軟)・すまし汁(豆腐・ネギ)・りんごのヨーグルトかけ・牛乳         | パサ・鶏むね肉・豆腐・ヨーグルト・牛乳         | いんげん・キャベツ・きゅうり・にんじん・ねぎ・りんご缶                         | おかゆ・砂糖・マヨネーズ・片栗粉・すりごま(白)・ごま油      | 409   | 21.4 |
| 21 | 水 | おかゆ・鶏肉の竜田揚げ(軟)・付合せ(オクラ)・ブロッコリーのおかか和え(軟)・味噌汁(玉葱・えのきネギ)・ぶどうゼリー(寒天)・牛乳       | 鶏もも肉・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・トウモロコシ・レーク・玉ねぎ・えのき茸・ねぎ・ぶどうジュース | おかゆ・砂糖                            | 351   | 19.8 |
| 22 | 木 | おかゆ・魚の塩焼き(軟)・付合せ(インゲン)・冬瓜のそぼろあんかけ・味噌汁(もやし・わかめ)・牛乳わらび餅(軟)・牛乳               | 塩さば・鶏ひき肉・きな粉・牛乳             | いんげん・とうがん・もやし・わかめ                                   | おかゆ・片栗粉・わらびもち粉・砂糖                 | 398   | 22.4 |
| 23 | 金 | 夏野菜カレー(軟)・ツナサラダ(軟)・パイン(軟)・牛乳  | 鶏ひき肉・シーチキン・牛乳               | なす・南瓜・ピーマン・オクラ・玉ねぎ・トマト・きゅうり・キャベツ・にんじん               | おかゆ                               | 407   | 15.5 |
| 26 | 月 | おかゆ・魚のレモン風味・付合せ(粉ふき芋)・ブロッコリーのマヨネーズサラダ(軟)・モロヘイヤのスープ・豆乳ゼリー(寒天)・牛乳           | さけ・ハム・鶏ひき肉・豆乳・牛乳            | ブロッコリー・にんじん・トウモロコシ・レーク・モロヘイヤ・玉ねぎ・寒天                 | おかゆ・砂糖・片栗粉・じゃが芋・マヨネーズ・油・ブルーベリーソース | 356   | 20.4 |
| 27 | 火 | おかゆ・ふりかけ・ゆで鶏の甘味噌かけ(軟)・長芋のツナマヨネーズ・すまし汁(玉葱・ネギ)・ストロベリーヨーグルト・牛乳               | 鶏ひき肉・シーチキン・ヨーグルト・牛乳         | しょうが・キャベツ・きゅうり・にんじん・わかめ・いんげん・玉ねぎ・ねぎ                 | おかゆ・砂糖・片栗粉・長芋・マヨネーズ・玉葱・ストロベリーソース  | 398   | 19.0 |
| 28 | 水 | おかゆ・魚の照り焼き風味(軟)・付合せ(さつま芋)・胡瓜の小町和え(軟)・味噌汁(玉葱・もやし・三つ葉)・抹茶ミルク寒天・牛乳           | さわら・卵・牛乳                    | きゅうり・にんじん・玉ねぎ・もやし・みつば・寒天                            | おかゆ・砂糖・片栗粉・さつまいも・油・すりごま(白)        | 366   | 19.1 |
| 29 | 木 | パン粥(ミルク)・イタリアンチキン(軟)・グリーンサラダ(インゲン)(軟)・コンソメスープ(キャベツ・人参)・リンゴのすりおろしゼリー(寒)・牛乳 | 鶏ひき肉・豆腐・卵・パルメザンチーズ・シーチキン・牛乳 | 玉ねぎ・トマト缶詰・トマトピューレ・いんげん・きゅうり・キャベツ・にんじん・リンゴジュース・りんご缶詰 | 黒糖ロールパン・パン粉・三温糖・バター・油・砂糖          | 407   | 19.8 |
| 30 | 金 | おかゆ・変わり卵焼き(軟)・大根と生揚げの煮物(軟)・味噌汁(なす・かぼちゃ・ネギ)・梨のコンポート・牛乳                     | 卵・鶏ひき肉・豆腐・牛乳                | 玉ねぎ・大根・にんじん・グリーンピース・なす・南瓜・ねぎ・梨                      | おかゆ・じゃが芋・油・三温糖・砂糖                 | 344   | 15.8 |

\* 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 冷やし中華 6日 すいか 22日 冬瓜のそぼろあんかけ、牛乳わらびもち  
 23日 夏野菜カレー 26日 モロヘイヤのスープ 30日 梨

