

10 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・タンドリーチキン(カレー風味焼)・付合せ(ジャガバター)・ツナサラダ(軟)・コンソメスープ(ほうれん草・コーン)・パンゼリー(寒天)・牛乳	鶏ひき肉・豆腐・卵・シーチキン・牛乳	玉ねぎ・きゅうり・キャベツ・にんじん・ほうれん草・トウモロコシ・パンゼリー・寒天	おかゆ・パン粉・三温糖・片栗粉・じゃが芋・バター・フレンチホワイトソース・砂糖	391	16.7
2	木	おかゆ・魚の塩焼き(軟)・付合せ(オクラ)・ひじきの煮付け(軟)・味噌汁(大根・エノキ・葱)・ストロベリーヨーグルト・牛乳	さけ・油揚げ・鶏ひき肉・ヨーグルト・牛乳	オクラ・長ひじき・にんじん・グリーンピース・大根・えのき・玉ねぎ	おかゆ・油・片栗粉・三温糖・砂糖・ストロベリーソース	342	22.7
3	金	おかゆ・麻婆豆腐(軟)・ハムとキャベツの中華サラダ(軟)・中華スープ(青梗菜・人参)・ココアマドレーヌ(軟)・牛乳	豆腐・鶏ひき肉・ハム・錦糸卵・卵・牛乳	ねぎ・生しいたけ・しょうが・キャベツ・チンゲン菜・にんじん	おかゆ・三温糖・片栗粉・ごま油・砂糖・ホットケーキミックス・バター	405	17.6
6	月	薩摩芋かゆ・鶏肉のあけぼの焼き・付合せ(法連草)・大根と生揚げの煮物・味噌汁(シタケ・わかめ)・十五夜デザート・牛乳	鶏もも肉・豆腐・牛乳	ほうれん草・大根・にんじん・グリーンピース・生しいたけ・わかめ	さつまいも・おかゆ・すりごま(白)・三温糖・十五夜デザート	376	18.9
7	火	おかゆ・魚のマヨネーズ焼き(軟)・サラダで元気(軟)・ウインナースープ(軟)・みかん缶・牛乳	メルルーサ・パルメザンチーズ・ハム・かつお節・ベーコン・牛乳	生しいたけ・玉ねぎ・キャベツ・きゅうり・トウモロコシ・塩昆布・もやし・にんじん・みかん缶	おかゆ・マヨネーズ・風・片栗粉・油・砂糖	366	18.8
8	水	おかゆ・鶏肉のくわ焼き(軟)・マカロニサラダ(軟)・味噌汁(なめこ・ネギ)・りんご蒸しパン(軟)・牛乳	鶏ひき肉・シーチキン・牛乳	玉ねぎ・いんげん・キャベツ・にんじん・きゅうり・なめこ・ねぎ・りんご缶	おかゆ・砂糖・片栗粉・マカロニ・マヨネーズ・風・ホットケーキミックス	440	19.6
9	木	パン粥(ミルク)・ジャム(マーメイド)・スパニッシュオムレツ・ブロッコリーのサラダ・コンソメスープ(白菜・ベーコン)・サワーゼリー(寒天)・牛乳	卵・チキンウインナー・ベーコン・牛乳	トマト・ピーマン・玉ねぎ・ブロッコリー・にんじん・トウモロコシ・いんげん・白菜・寒天	食パン・マーメイド・じゃが芋・バター・砂糖・油	415	17.0
10	金	おかゆ・魚の味噌煮(軟)・付合せ(南瓜)・胡瓜の小町和え(軟)・すまし汁(玉麴・わかめ)・もものヨーグルトかけ・牛乳	さば・卵・ヨーグルト・牛乳	しょうが・南瓜・きゅうり・にんじん・わかめ・もも缶	おかゆ・砂糖・片栗粉・油・すりごま(白)・玉麴	376	18.1
14	火	高野豆腐のそぼろ丼(軟)・南瓜の胡麻煮・豚汁風・手作りうどん(軟)・牛乳	高野豆腐・しらす干し・鶏ひき肉・牛乳	にんじん・たけのこ・生しいたけ・グリーンピース・南瓜・大根・ごぼう・ねぎ	油・三温糖・おかゆ・砂糖・すりごま(白)	348	15.2
15	水	おかゆ・白身魚野菜ソース(軟)・花野菜のミモザサラダ(軟)・コンソメスープ(インゲン・コーン)・バナナコッタ(寒天)・牛乳	ホキ・卵・牛乳	玉ねぎ・にんじん・セロリ・ブロッコリー・カリフラワー・いんげん・トウモロコシ・寒天・みかん缶	おかゆ・バター・三温糖・片栗粉・胡麻ドレッシング・砂糖	389	20.5
16	木	おかゆ・みそかつ(軟)・付合せ(ブロッコリー)・和風スパゲティ・サラダ(軟)・すまし汁(オクラ・玉麴)・カップヨーグルト・牛乳	鶏もも肉・ハム・ヨーグルト・牛乳	ブロッコリー・にんじん・玉ねぎ・きゅうり・オクラ	おかゆ・パン粉・油・砂糖・片栗粉・マカロニ・玉麴	444	21.1
17	金	おかゆ・鶏のレモン風味(軟)・付合せ(キュウリ)・にんじんのマヨネーズ・サラダ(軟)・きのこスープ(軟)・バナナ(軟)・牛乳	鶏もも肉・シーチキン・牛乳	きゅうり・にんじん・玉ねぎ・生しいたけ・まいたけ・バナナ	おかゆ・砂糖・マヨネーズ・風	400	18.1
20	月	おかゆ・魚のムニエル(軟)・付合せ(カリフラワー)・じゃが芋とウインナーのカレー・コンソメスープ(ほうれん草・エノキ)・マロンプリン・牛乳	さけ・チキンウインナー・牛乳	カリフラワー・にんじん・ピーマン・ほうれん草・えのき・玉ねぎ	おかゆ・バター・片栗粉・じゃが芋・ハバロアの素マロン味	345	18.2
21	火	おかゆ・ふりかけ・切干大根のオムレツ(軟)・インゲンのごまマヨサラダ(軟)・味噌汁(玉葱・油揚げ・ネギ)・洋梨蒸しパン(軟)・牛乳	卵・シーチキン・かに風味かまぼこ・油揚げ・牛乳	切干大根・生しいたけ・小松菜・いんげん・にんじん・玉ねぎ・ねぎ・洋なし缶	おかゆ・ごま油・三温糖・片栗粉・マヨネーズ・風・すりごま(白)・砂糖・ホットケーキミックス	400	16.3
22	水	おかゆ・蒸し鶏中華風(軟)・付合せ(トマト)・ハムとブロッコリーの中華・サラダ(軟)・中華スープ(もやし・人参)・ぶどうゼリー(寒天)・牛乳	鶏ひき肉・豆腐・卵・ハム・牛乳	ねぎ・トマト・ブロッコリー・トウモロコシ・もやし・にんじん・ぶどうジュース・寒天	おかゆ・パン粉・胡麻ドレッシング・砂糖・ごま油	355	17.0
23	木	おかゆ・魚のみぞれかけ(ネギ)・軟・五色和え(軟)・味噌汁(南瓜・玉葱)・りんごのヨーグルトかけ・牛乳	さば・かまぼこ・ヨーグルト・牛乳	大根・ねぎ・キャベツ・にんじん・きゅうり・南瓜・玉ねぎ・りんご缶	おかゆ・すりごま(白)・砂糖	363	17.9
24	金	パン粥(コンソメ)・さつまいもシチュー(軟)・青梗菜とベーコンのソテー(軟)・みかん・牛乳	鶏ひき肉・チキンウインナー・牛乳	玉ねぎ・にんじん・セロリ・チンゲン菜・もやし・えのき・みかん	食パン・バター・さつまいも	413	16.3
27	月	おかゆ・豆腐の肉味噌かけ(軟)・ブロッコリーのおかか和え(軟)・かしわ汁(軟)・米粉のスイートポテト・牛乳	豆腐・鶏ひき肉・ハム・かつお節・牛乳	グリーンピース・ブロッコリー・トウモロコシ・ごぼう・大根・にんじん・白ねぎ	おかゆ・三温糖・片栗粉・砂糖・お米deスイートポテト	386	19.6
28	火	おかゆ・魚のチーズ風味・付合せ(人参)・大根と胡瓜のサラダ(軟)・コンソメスープ(白菜・椎茸)・バナナ(軟)・牛乳	ホキ・パルメザンチーズ・かに風味かまぼこ・牛乳	にんじん・大根・きゅうり・白菜・生しいたけ・バナナ	おかゆ・三温糖・片栗粉・砂糖・マヨネーズ・風・すりごま(白)	344	19.7
29	水	おかゆ・肉じゃが(軟)・ほうれん草のナムル(軟)・味噌汁(豆腐・わかめ・ネギ)・ブルーベリーヨーグルト・牛乳	鶏ひき肉・豆腐・ヨーグルト・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・わかめ・ねぎ	おかゆ・じゃが芋・三温糖・すりごま(白)・砂糖・ごま油・ブルーベリーソース	357	15.8
30	木	きのこのスパゲティ(軟)・ハムサラダ(軟)・コーンスープ・角切りももゼリー・牛乳	鶏ひき肉・ハム・牛乳	えのき・生しいたけ・玉ねぎ・刻みのり・きゅうり・キャベツ・もも缶・寒天	マカロニ・油・砂糖	395	18.4
31	金	おかゆ・煮魚(軟)・付合せ(オクラ)・骨太サラダ(軟)・味噌汁(じゃが芋・油揚げ・ネギ)・かぼちゃプリン(ゼラチン)・牛乳	赤魚・干しえび・シーチキン・油揚げ・ゼラチン・牛乳	しょうが・オクラ・長ひじき・キャベツ・きゅうり・トウモロコシ・ねぎ・南瓜ペースト	おかゆ・砂糖・片栗粉・マカロニ・マヨネーズ・風・すりごま(白)・じゃが芋	377	20.8

* 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
 6日 さつまいもごはん、十五夜デザート 17日 きのこスープ 20日 マロンプリン
 24日 さつまいもシチュー、みかん 27日 米粉のスイートポテト
 30日 きのこスパゲティ 31日 かぼちゃプリン(ハロウィン)

