

11 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
4	火	カレーライス(軟)・キャベツとハムのサラダ(軟)・ヨーグルトゼリー～柿ソース～・牛乳	鶏ひき肉・ハム・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・キャベツ・きゅうり・寒天・かき	じゃが芋・おかゆ・砂糖・ごま油	374	14.8
5	水	おかゆ・鶏肉の生姜焼き(軟)・付合せ(人参)・小松菜としらすの和え物・味噌汁(大根 油揚げ ネギ)・小豆蒸しパン(軟)・牛乳	鶏もも肉・しらす干し・かつお節・油揚げ・牛乳	しょうが・にんじん・小松菜・もやし・大根・ねぎ	おかゆ・砂糖・ホットケーキミックス・ゆで小豆	420	22.8
6	木	おかゆ・ふりかけ・えびたまあんかけ(軟)・ツナとブロッコリーの中巻サラダ(軟)・もずくスープ・ストロベリープリン・牛乳	卵・むきえび・シーチキン・豆腐・牛乳	えのき茸・にんじん・生しいたけ・ねぎ・グリーンピース・ブロッコリー・トウモロコシフレーク・もずく・しょうが	おかゆ・砂糖・片栗粉・ごま油・ババロアの素・ストロベリー味	355	19.0
7	金	おかゆ・魚のゴマ照り焼き・付合せ(インゲン)・じゃが芋と薩摩揚げの煮物・味噌汁(モヤシ ワカメ ネギ)・角切りハインゼリー(寒天)・牛乳	さば・白はんぺん・牛乳	いんげん・にんじん・玉ねぎ・グリーンピース・もやし・わかめ・ねぎ・ハイン缶・寒天	おかゆ・砂糖・すりごま(白)・片栗粉・じゃが芋	367	17.2
10	月	おかゆ・チキンチャップ(軟)・付合せ(キュウリ)・ブロッコリーのマヨネーズサラダ(軟)・ふわふわスープ・バナナ(軟)・牛乳	鶏もも肉・ハム・白はんぺん・牛乳	きゅうり・ブロッコリー・にんじん・トウモロコシフレーク・みつば・バナナ	おかゆ・三温糖・マヨネーズ風	402	18.9
11	火	おかゆ・魚の味噌マヨ焼き(軟)・付合せ(オクラ)・チキンごまドレサラダ・すまし汁(エノキ 麩 ネギ)・鬼饅頭(軟)・牛乳	メルルーサ・鶏むね肉・牛乳	オクラ・きゅうり・キャベツ・にんじん・えのき茸・ねぎ	おかゆ・砂糖・マヨネーズ風・片栗粉・胡麻ドレッシング・玉麩・さつまいも	399	21.1
12	水	おかゆ・肉豆腐(軟)・和風マカロニサラダ(軟)・味噌汁(白菜 ワカメ)・ピーチソースゼリー・牛乳	鶏ひき肉・豆腐・シーチキン・牛乳	白ねぎ・生しいたけ・えのき茸・にんじん・玉ねぎ・きゅうり・白菜・わかめ・もも缶	おかゆ・片栗粉・砂糖・マカロニ・油	349	16.8
13	木	おかゆ・魚のマリネ(軟)・チーズポテト(軟)・コンソメスープ(ホウレン草 椎茸)・カップヨーグルト・牛乳	さけ・チキンウインナー・サイコロチーズ・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・にんじん・トウモロコシフレーク・ほうれん草・生しいたけ	おかゆ・油・砂糖・片栗粉・じゃが芋	368	20.0
14	金	しっぽううどん(軟)・南瓜サラダ(ハム)(軟)・カルピスゼリー(ゼラチン)・牛乳	鶏ひき肉・豆腐・油揚げ・ハム・ゼラチン・牛乳	大根・にんじん・ねぎ・南瓜・玉ねぎ	うどん・じゃが芋・マヨネーズ風	456	19.2
17	月	おかゆ・カレイの漬け焼き(軟)・付合せ(さつま芋)・キャベツのゴマ酢和え(軟)・味噌汁(豆腐 えのき)・キャロット蒸しパン(軟)・牛乳	カラスガレイ・鶏むね肉・豆腐・牛乳	キャベツ・きゅうり・にんじん・えのき茸・にんじんうらごし	おかゆ・砂糖・片栗粉・さつまいも・すりごま(白)・ごま油・ホットケーキミックス	423	19.0
18	火	パン粥(ミルク)・ジャム(りんご)・肉団子と白菜のコンソメ煮・ミモザサラダ(軟)・みかん(1個)・牛乳	鶏だんご・卵・牛乳	白菜・にんじん・グリーンピース・玉ねぎ・生しいたけ・きゅうり・ブロッコリー・トマト・みかん	食パン・りんごジャム・砂糖・フレンチ白ドレッシング	444	17.6
19	水	おかゆ・鶏肉のチーズパン粉焼(軟)・付合せ(ブロッコリー)・大根サラダ(軟)・コンソメスープ(キャベツ 人参)・りんごゼリー(ゼラチン)・牛乳	鶏もも肉・パルメザンチーズ・シーチキン・ゼラチン・牛乳	ブロッコリー・大根・トウモロコシフレーク・キャベツ・にんじん・リンゴジュース	おかゆ・パン粉・油・三温糖・片栗粉・マヨネーズ風	406	20.2
20	木	きのこ粥(軟)・豚肉のゴマ風味焼き(軟)・春雨の酢の物(軟)・味噌汁(玉葱 ワカメ)・さつま芋の水ようかん・牛乳	油揚げ・鶏ひき肉・豚もも肉・ハム・牛乳	にんじん・えのき茸・生しいたけ・白ねぎ・きゅうり・玉ねぎ・わかめ・寒天	ごはん・すりごま(白)・春雨・砂糖・ごま油・さつまいも	407	20.1
25	火	おかゆ・干草焼き(軟)・かぶとハムのサラダ(軟)・味噌汁(もやし 油揚げ)・ミルクゼリー(ゼラチン)・牛乳	卵・鶏ひき肉・ハム・油揚げ・ゼラチン・牛乳	たけのこ・にんじん・ほうれん草・生しいたけ・かぶ・きゅうり・トウモロコシフレーク・もやし	おかゆ・砂糖・片栗粉・油	344	17.7
26	水	おかゆ・魚の竜田揚げ(軟)・付合せ(キュウリ)・南瓜のそぼろあんかけ・味噌汁(玉葱 えのき ネギ)・バナナ(軟)・牛乳	ホキ・鶏ひき肉・牛乳	しょうが・きゅうり・南瓜・グリーンピース・玉ねぎ・えのき茸・ねぎ・バナナ	おかゆ・砂糖・片栗粉	343	17.8
27	木	パン粥(コンソメ)・クリームシチュー(軟)・じゃこサラダ(軟)・りんごのすりおろしゼリー(ゼラチン)・牛乳	鶏ひき肉・しらす干し・ゼラチン・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・リンゴジュース・りんご缶詰	食パン・バター・じゃが芋・油・砂糖・ごま油	405	17.3
28	金	おかゆ・さわらの西京焼き(軟)・付合せ(ブロッコリー)・薩摩芋サラダ・すまし汁(玉麩 オクラ ミツバ)・パインのヨーグルトかけ(軟)・牛乳	鰯西京味噌漬け・ヨーグルト・牛乳	ブロッコリー・りんご・レーズン・オクラ・みつば・ハイン缶	おかゆ・片栗粉・さつまいも・マヨネーズ風・玉麩・砂糖	383	19.9

* 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
 4日 ヨーグルトゼリー～柿ソース～ 11日 鬼まんじゅう 14日 しっぽううどん
 18日 みかん 20日 きのこごはん、さつま芋の水ようかん 28日 さつま芋サラダ

