

# 4 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
15	火	カレーライス(軟)・和風ツナサラダ(軟)・りんごゼリー(寒天)・牛乳	鶏ひき肉・シーチキン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・きゅうり・キャベツ・リンゴジュース・寒天	じゃが芋・おかゆ・油・砂糖	385	15.0
16	水	おかゆ・鶏の照り煮(軟)・付合せ(オクラ)・大根のきんぴら(軟)・味噌汁(トウワカメネギ)・ブルーベリーヨーグルト・牛乳	鶏もも肉・豆腐・ヨーグルト・牛乳	オクラ・大根・にんじん・わかめ・ねぎ	おかゆ・三温糖・砂糖・ごま油・すりごま(白)・ブルーベリーソース	379	19.1
17	木	おかゆ・魚のごま味噌煮・付合せ(ブロッコリー)・ひじきの煮付け(軟)・すまし汁(えのき玉ネギミツバ)・バナナ(軟)・牛乳	さば・油揚げ・鶏ひき肉・牛乳	ブロッコリー・長ひじき・にんじん・グリーンピース・えのき茸・玉ねぎ・みつば・バナナ	おかゆ・砂糖・すりごま(白)・片栗粉・三温糖	384	18.8
18	金	パン粥(ミルク)・ジャム・ポークチャップ(軟)・ブロッコリーのマヨネーズサラダ(軟)・コンソメスープ(もやし舞茸)・カルピスゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・豆腐・卵・ハム・牛乳	玉ねぎ・エリンギ・ブロッコリー・にんじん・トウモロコシ・レーク・もやし・まいたけ・寒天	食パン・いちごジャム・マッシュポテト・三温糖・バター・マヨネーズ	507	21.7
21	月	おかゆ・豆腐の肉味噌かけ(軟)・胡瓜の小町和え(軟)・若竹汁・さつま芋蒸しパン(軟)・牛乳	豆腐・鶏ひき肉・卵・牛乳	グリーンピース・きゅうり・にんじん・たけのこ・わかめ	おかゆ・三温糖・片栗粉・油・砂糖・すりごま(白)・ホットケーキミックス・さつまいも	367	16.8
22	火	おかゆ・魚のムニエル(軟)・付合せ(インゲン)・じゃが芋とウインナのカレー(軟)・コンソメスープ(白菜コーン)・カップヨーグルト・牛乳	さけ・ハム・ヨーグルト・牛乳	いんげん・にんじん・ピーマン・白菜・トウモロコシ・レーク	おかゆ・バター・片栗粉・じゃが芋	343	18.3
23	水	おかゆ・豚肉の生姜焼き(軟)・付合せ(キャベツ人参)・春雨の酢の物(軟)・味噌汁(南瓜玉葱ネギ)・ぶどうゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・ハム・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじん・きゅうり・南瓜・玉ねぎ・ねぎ・ぶどうジュース・寒天	おかゆ・砂糖・春雨・ごま油	358	17.1
24	木	パン粥(ミルク)・ミートボール野菜ソース(軟)・ツナとブロッコリーのサラダ(軟)・コンソメスープ(キャベツ椎茸)・飲む野菜と果実(ピーチ)・牛乳	鶏だんご・シーチキン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・セロリー・ブロッコリー・トウモロコシ・レーク・キャベツ・生しいたけ・飲む野菜と果実	食パン・バター・三温糖・砂糖・油	422	18.1
25	金	おかゆ・煮魚(軟)・付合せ(さつま芋)・もやし炒め(軟)・味噌汁(豆腐えのき)・いちごミルクゼリー(寒天)・牛乳	赤魚・ベーコン・豆腐・牛乳	しょうが・もやし・ピーマン・にんじん・トウモロコシ・レーク・えのき茸・寒天	おかゆ・砂糖・片栗粉・さつまいも	355	21.0
28	月	おかゆ・ふりかけ・千草焼き(軟)・じゃが芋と薩摩揚げの煮物(軟)・味噌汁(モヤシアケネギ)・パインゼリー(寒天)・牛乳	卵・鶏ひき肉・白はんぺん・油揚げ・牛乳	たけのこ・にんじん・ほうれん草・生しいたけ・玉ねぎ・グリーンピース・もやし・ねぎ	おかゆ・砂糖・片栗粉・じゃが芋	343	15.8
30	水	おかゆ・魚のピリカラフル(軟)・ハムとブロッコリーの中華サラダ(軟)・中華風わかめスープ・バナナ(軟)・牛乳	さわら・ハム・かに風味かまぼこ・牛乳	ピーマン・にんじん・トウモロコシ・レーク・ブロッコリー・いんげん・わかめ・ねぎ・バナナ	おかゆ・砂糖・ごま油・片栗粉	371	21.5

\* 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  
 21日 若竹汁

