

4 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
15	火	カレーライス・和風ツナサラダ・りんごゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・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・油・ごはん・砂糖	494	17.1
16	水	ご飯・鶏の照り煮・付合せ(オクラ)・大根のきんぴら・味噌汁(トウモロコシ・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	ごはん・片栗粉・三温糖・油・砂糖・ごま油・白炒りごま・ブルーベリースース	487	20.5
17	木	ご飯・魚のごま味噌焼き・付合せ(ブロッコリー)・ひじきの煮付け・すまし汁(えのき 玉ねぎ ミツバ)・バナナ・牛乳	さば・油揚げ・鶏むね肉・牛乳	ブロッコリー・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	ごはん・砂糖・すりごま(白)・油・三温糖	480	19.9
18	金	食パン(こども)・ジャム(いちご)・ポークチャップ・ブロッコリーのマヨネーズサラダ・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・ハム・牛乳	玉ねぎ・しめじ・ブロッコリー・にんじん・ホールコーン・もやし・まいたけ・寒天	食パン・いちごジャム・小麦粉・三温糖・バター・マヨネーズ	503	20.0
21	月	ご飯・豆腐の肉味噌かけ・胡瓜の小町和え・若竹汁・さつま芋蒸しパン・牛乳	豆腐・豚ひき肉・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	ごはん・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	470	18.2
22	火	ご飯・魚のムニエル・付合せ(インゲン)・じゃが芋とウインナーのカレーステーキ・コンソメスープ(白菜コーン)・カップヨーグルト・牛乳	さけ・ウインナー・ヨーグルト・牛乳	いんげん・にんじん・ピーマン・白菜・ホールコーン	ごはん・小麦粉・バター・じゃが芋・油	472	19.7
23	水	ご飯・豚肉の生姜焼き・付合せ(キャベツ 人参)・春雨の酢の物・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	ごはん・油・砂糖・片栗粉・春雨・ごま油	462	19.2
24	木	ロールパン(こども)・ミートボール野菜ソース・ツナとブロッコリーのサラダ・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・ブロッコリー・ホールコーン・キャベツ・生しいたけ・飲む野菜と果実	ロールパン・バター・三温糖・砂糖・油	459	17.7
25	金	ご飯・煮魚・付合せ(さつま芋)・もやし炒め・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・ホールコーン・えのき茸・寒天	ごはん・砂糖・さつまいも・油	448	22.1
28	月	ご飯・ふりかけ・千草焼き・じゃが芋と薩摩揚げの煮物・味噌汁(モヤシ アゲネギ)・パインゼリー(寒天)・牛乳	卵・鶏ひき肉・さつま揚げ・油揚げ・牛乳	干し椎茸・たけのこ・にんじん・ほうれん草・玉ねぎ・グリーンピース・もやし・ねぎ	ごはん・油・砂糖・じゃが芋	452	17.3
30	水	ご飯・魚のピリカラフル・ハムとブロッコリーの中華サラダ・中華風わかめスープ・バナナ・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・ホールコーン・ブロッコリー・いんげん・わかめ・ねぎ・バナナ	ごはん・片栗粉・砂糖・ごま油	484	22.8

* 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
 21日 若竹汁

