

5 月分 献立表

豊田市こども発達センター

豊田市福祉事業団

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	ご飯・鶏肉のあけぼの焼き・付合せ(キュウリ)・にんじんのマヨネーズサラダ・味噌汁(えのき 油揚げ ネギ)・サワーゼリー(寒天)・牛乳	鶏もも肉・シーチキン・油揚げ・牛乳	きゅうり・にんじん・玉ねぎ・えのき茸・ねぎ・寒天	ごはん・マヨネーズ	702	29.6
2	金	カレーピラフ・かぶと型ハンバーグ・付合せ(ブロッコリー)・コンソメスープ(キャベツ ベーコン)・こどもの日デザート・牛乳	ハム・ハンバーグ・ベーコン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ホールコーン・グリーンピース・ブロッコリー・キャベツ	ごはん・バター・マヨネーズ・クリームソーダ風ゼリー	696	23.3
7	水	ご飯・魚のゴマ照り焼き・付合せ(キャベツ)・じゃがいものそぼろ煮・味噌汁(コマツナ モヤシ)・みかん寒天・牛乳	さわら・鶏ひき肉・牛乳	キャベツ・玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・小松菜・もやし・みかん缶・寒天	ごはん・砂糖・白炒りごま・じゃが芋・三温糖	663	31.1
8	木	ご飯・豆腐の中華煮・ツナとブロッコリーの中華サラダ・中華スープ(春雨 ワカメ)・プレーン蒸しパン・牛乳	豆腐・豚もも肉・シーチキン・牛乳	玉ねぎ・干し椎茸・にんじん・チンゲン菜・しょうが・ブロッコリー・ホールコーン・わかめ	ごはん・ごま油・三温糖・片栗粉・砂糖・春雨・ホットケーキミックス	669	27.7
9	金	ご飯・豚肉のBBQソース・付合せ(トマト)・スパゲティサラダ・コンソメスープ(ホウレン草 エノキ)・ヨーグルトゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・ハム・ヨーグルト・牛乳	しょうが・りんご缶詰・トマト・にんじん・玉ねぎ・きゅうり・ほうれん草・えのき茸・寒天	ごはん・砂糖・片栗粉・スパゲティ・マヨネーズ	695	31.4
12	月	ご飯・松風焼き・大根と生揚げの煮物・すまし汁(玉麴 みつば)・ストロベリーヨーグルト・牛乳	鶏ひき肉・卵・厚揚げ・ヨーグルト・牛乳	白ねぎ・大根・にんじん・グリーンピース・みつば	ごはん・パン粉・砂糖・すりごま(白)・三温糖・玉麴・ストロベリーソース	673	30.0
13	火	ご飯・魚のレモン風味・付合せ(インゲン・コーン)・カリフラワーと卵のサラダ・コンソメスープ(キャベツ 人参)・バナナ・牛乳	さけ・卵・ベーコン・牛乳	いんげん・ホールコーン・カリフラワー・キャベツ・にんじん・バナナ	ごはん・片栗粉・砂糖・油・マヨネーズ	674	28.3
14	水	ご飯・豚肉のくわ焼き・和風ポパイサラダ・味噌汁(大根 エノキ)・カルピスゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・シーチキン・牛乳	玉ねぎ・いんげん・ほうれん草・にんじん・大根・えのき茸・寒天	ごはん・砂糖・油・片栗粉	759	33.3
15	木	食パン・ジャム(マーマレード)・鶏肉のブレゼー・ブロッコリーのサラダ・コンソメスープ(もやし 舞茸)・りんごゼリー(寒天)・牛乳	鶏もも肉・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・リンゴジュース・寒天	食パン・マーマレード・小麦粉・バター・三温糖・砂糖・油	742	31.1
16	金	ご飯・魚の蒲焼風・付合せ(南瓜)・ひじきのサラダ・味噌汁(玉葱 油揚げ ネギ)・角切りパインゼリー(寒天)・牛乳	ホキ・ちくわ・油揚げ・牛乳	しょうが・南瓜・ひじき・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・パイン缶・寒天	ごはん・片栗粉・小麦粉・三温糖・砂糖・マヨネーズ・すりごま(白)	665	29.6
19	月	焼きそば・シュウマイ・付合せ(ブロッコリー)・中華スープ(豆腐 ニラ)・りんご缶・牛乳	豚もも肉・ちくわ・ホークシュウマイ・豆腐・牛乳	キャベツ・にんじん・ブロッコリー・にら・りんご缶	蒸し中華めん・油・ごま油	710	26.4
20	火	ご飯・豚肉のゴマ風味焼き・付合せ(法蓮草)・和風春雨サラダ・味噌汁(南瓜 インゲン)・みかんのヨーグルトかけ・牛乳	豚もも肉・ハム・ヨーグルト・牛乳	白ねぎ・ほうれん草・きゅうり・にんじん・南瓜・いんげん・みかん缶	ごはん・すりごま(白)・油・春雨・砂糖	718	31.7
21	水	ご飯・親子煮・五色和え・すまし汁(玉麴 わかめ)・ココア蒸しパン・牛乳	鶏もも肉・さつま揚げ・卵・ちくわ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・キャベツ・きゅうり・わかめ	ごはん・じゃが芋・砂糖・片栗粉・すりごま(白)・玉麴・ホットケーキミックス	709	29.5
22	木	ご飯・魚のカレームニエル・付合せ(カリフラワー)・ジャーマンサラダ・コンソメスープ(キャベツ 椎茸)・角切りももゼリー・牛乳	ホキ・ウインナー・牛乳	カリフラワー・きゅうり・にんじん・キャベツ・生しいたけ・もも缶・寒天	ごはん・小麦粉・バター・じゃが芋・マヨネーズ・砂糖	664	27.7
23	金	ご飯・ぎせい豆腐・いんげんのごまマヨサラダ・味噌汁(玉葱 大根 ネギ)・パンナコッタ(寒天)・牛乳	水切り豆腐・鶏ひき肉・卵・シーチキン・牛乳	にんじん・生しいたけ・グリーンピース・しょうが・いんげん・玉ねぎ・大根・ねぎ	ごはん・片栗粉・砂糖・マヨネーズ・すりごま(白)	704	26.7
26	月	ご飯・魚の味噌煮・付合せ(オクラ)・切干大根の煮付け・すまし汁(法蓮草 えのき)・野菜ジュースゼリー(寒天)・牛乳	さば・さつま揚げ・牛乳	しょうが・オクラ・切干大根・にんじん・グリーンピース・ほうれん草・えのき茸・寒天・野菜ジュース	ごはん・砂糖・三温糖	663	29.8
27	火	くろロールパン・ミートボールケチャップ煮・花野菜のミモザサラダ・コンソメスープ(ワカメコーン)・リンゴのすりおろしゼリー(寒)・牛乳	鶏だんご・卵・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・ブロッコリー・カリフラワー・わかめ・ホールコーン・リンゴジュース・りんご缶詰	くろロールパン・三温糖・片栗粉・胡麻ドレッシング	714	27.3
28	水	ご飯・鶏肉の生姜焼き・付合せ(さつま芋)・胡瓜のおかか和え・味噌汁(モヤシ アゲ ネギ)・牛乳寒天・牛乳	鶏もも肉・錦糸卵・かつお節・油揚げ・牛乳	しょうが・きゅうり・にんじん・もやし・ねぎ・寒天	ごはん・砂糖・さつまいも・ブルーベリーソース	704	30.5
29	木	ご飯・お好み焼き風卵焼き・大根とツナのサラダ・味噌汁(ナメコ ネギ)・バナナ・牛乳	卵・豚もも肉・かつお節・シーチキン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・キャベツ・ピーマン・青のり・大根・きゅうり・なめこ・ねぎ	ごはん・ながいも・小麦粉・油・マヨネーズ・砂糖	722	29.5
30	金	ご飯・魚のマヨネーズ焼き・サラダで元気・コンソメスープ(インゲン 人参)・カップヨーグルト・牛乳	メルルーサ・パルメザンチーズ・ハム・かつお節・ヨーグルト・牛乳	しめじ・玉ねぎ・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・塩昆布・いんげん・にんじん	ごはん・マヨネーズ・パン粉・油・砂糖	664	29.8

* 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
 2日 こどもの日メニュー

