

6 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
2	月	ご飯・鶏肉のカレー・照り焼き・付合せ(キャベツ)・ミモザサラダ・中華スープ(人参 玉ねぎ)・飲む野菜と果実(ピーチ)・牛乳	鶏もも肉・卵・牛乳	キャベツ・きゅうり・ブロッコリー・トマト・にんじん・玉ねぎ・飲む野菜と果実	ごはん・フレンチホワイトソース	478	19.6
3	火	ご飯・ふりかけ・高野豆腐の旨煮・マカロニサラダ・味噌汁(大根・ワケメネギ)・カップヨーグルト・牛乳	高野豆腐・鶏ひき肉・シーチキン・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・大根・わかめ・ねぎ	ごはん・油・じゃが芋・三温糖・片栗粉・マカロニ・マヨネーズ	535	20.4
4	水	ご飯・煮魚・付合せ(キュウリ)・もやし炒め・味噌汁(白菜 アケ)・小豆蒸しパン・牛乳	赤魚・ベーコン・油揚げ・牛乳	しょうが・きゅうり・もやし・ピーマン・にんじん・ホールコーン・白菜	ごはん・砂糖・油・ホットケーキミックス・ゆで小豆	486	21.4
5	木	ご飯・ミートローフ・付合せ(インゲン)・南瓜サラダ(ハム)・コンソメスープ(キャベツ・コーン)・みかん缶・牛乳	豚ひき肉・卵・ハム・牛乳	にんじん・玉ねぎ・いんげん・南瓜・キャベツ・ホールコーン・みかん缶	ごはん・パン粉・マヨネーズ	524	18.7
6	金	ご飯・豚肉の味噌くわ焼き・千草和え・すまし汁(カマボコ・ミツハ)・いちごミルクゼリー(寒天)・牛乳	豚もも肉・油揚げ・かまぼこ・牛乳	玉ねぎ・なす・ねぎ・ほうれん草・にんじん・みつば・寒天	ごはん・砂糖・油・片栗粉・三温糖	449	21.9
7	土	ご飯・魚の塩焼き・付合せ(さつま芋)・ブロッコリーのおかか和え・味噌汁(えのき・ワケメネギ)・ぶどうゼリー(寒天)・牛乳	さば・ハム・かつお節・牛乳	ブロッコリー・にんじん・ホールコーン・えのき・わかめ・ねぎ・ぶどうジュース・寒天	ごはん・さつまいも・砂糖	429	18.9
10	火	ご飯・蒸し鶏中華風・付合せ(カリフラワー)・春雨とキャベツの中華和え・中華スープ(青梗菜 人参)・角切り洋なしゼリー・牛乳	鶏もも肉・ハム・牛乳	ねぎ・カリフラワー・もやし・キャベツ・きゅうり・チンゲン菜・にんじん・洋なし缶・寒天	ごはん・胡麻ドレッシング・春雨・砂糖・ごま油	471	18.5
11	水	ご飯・スパニッシュオムレツ・ツナサラダ・コンソメスープ(もやし 舞茸)・バナナ・牛乳	卵・ウインナー・シーチキン・牛乳	トマト・ピーマン・玉ねぎ・きゅうり・キャベツ・にんじん・もやし・まいたけ・バナナ	ごはん・じゃが芋・油・バター・マヨネーズ	525	17.2
12	木	ご飯・さわらの西京焼き・付合せ(オクラ)・大根とさつま揚げの煮物・すまし汁(玉麩 ネギ)・サイコロチーズ 蒸しパン・牛乳	鰯西京味噌漬・さつま揚げ・サイコロチーズ・牛乳	オクラ・大根・にんじん・グリーンピース・ねぎ	ごはん・砂糖・玉麩・ホットケーキミックス	482	24.3
13	金	ロールパン(こども)・ポークビーンズ・骨太サラダ・コンソメスープ(ワケメネギ)・パンのヨーグルトかけ・牛乳	豚もも肉・大豆・ベーコン・干しえび・シーチキン・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・ひじき・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・わかめ・生しいたけ・パイン缶	ロールパン・じゃが芋・三温糖・油・砂糖・マカロニ・マヨネーズ・白炒りごま	472	18.1
16	月	親子丼・ツナとブロッコリーのサラダ・味噌汁(キャベツ ニンジン ネギ)・豆乳ゼリー(寒天)・牛乳	鶏むね肉・卵・しいたけだし・シーチキン・豆乳・牛乳	玉ねぎ・みつば・干し椎茸・ブロッコリー・ホールコーン・キャベツ・にんじん・ねぎ・寒天	砂糖・片栗粉・ごはん・油・ブルーベリーソース	466	22.0
17	火	ご飯・魚のマリネ・コロコロサラダ・コンソメスープ(ほうれん草 しめじ)・メロン・牛乳	さけ・ハム・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ホールコーン・グリーンピース・ほうれん草・しめじ・メロン	ごはん・小麦粉・片栗粉・油・砂糖・じゃが芋・マヨネーズ	448	19.0
18	水	ご飯・豚肉の生姜焼き・付合せ(ブロッコリー)・和風スパゲティサラダ・味噌汁(じゃが芋 モヤシ ネギ)・きなこヨーグルト・牛乳	豚もも肉・シーチキン・ヨーグルト・きな粉・牛乳	しょうが・ブロッコリー・にんじん・玉ねぎ・きゅうり・もやし・ねぎ	ごはん・油・砂糖・片栗粉・スパゲティ・じゃが芋	508	23.4
19	木	ご飯・麻婆豆腐・キャベツとカニカマの中華サラダ・中華スープ(人参 ワケメネギ)・米粉のレモンマフィン・牛乳	豆腐・鶏ひき肉・かに風味かまぼこ・牛乳	ねぎ・生しいたけ・しょうが・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・にんじん・わかめ	ごはん・三温糖・片栗粉・ごま油・砂糖・レモンマフィン	467	17.8
20	金	枝豆ごはん・カレーの漬け焼き・付合せ(インゲンソテー)・レンコンの炒め煮・そうめん汁(ネギ)・水ようかん・牛乳	カラスガレイ・牛乳	えだまめ・いんげん・れんこん水煮・にんじん・ねぎ・寒天	ごはん・油・砂糖・そうめん・こしあん	473	19.6
23	月	ご飯・魚の味噌だれかけ・付合せ(オクラ)・じゃがいもの三杯酢・すまし汁(エノキ タイコン ミツハ)・バナナ・牛乳	さば・ハム・牛乳	しょうが・オクラ・きゅうり・えのき・大根・みつば・バナナ	ごはん・三温糖・すりごま(白)・じゃが芋・砂糖	521	22.4
24	火	ミートスパゲティ・コールスローサラダ・わかめと鶏肉のスープ・ブルーベリーヨーグルト・牛乳	豚ひき肉・鶏むね肉・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・にんじん・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・みかん缶・わかめ・ねぎ	スパゲティ・油・小麦粉・砂糖・片栗粉・ブルーベリーソース	460	20.2
25	水	ご飯・肉じゃが・ほうれん草のナムル・味噌汁(豆腐 なめこ ネギ)・ピーチソースゼリー・牛乳	豚もも肉・豆腐・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・なめこ・ねぎ・もも缶	ごはん・じゃが芋・油・三温糖・白炒りごま・砂糖・ごま油	451	17.7
26	木	クロールパン(こども)・ポトフ・ブロッコリーのマヨネーズサラダ・ミルクゼリー(寒天)・牛乳	鶏だんご・ハム・牛乳	にんじん・キャベツ・玉ねぎ・生しいたけ・グリーンピース・ブロッコリー・ホールコーン・寒天	クロールパン・マヨネーズ・砂糖	456	18.5
27	金	ご飯・白身魚のフライ・付合せ(粉ふき芋)・カリフラワーのサラダ・コンソメスープ(キャベツ モヤシ)・トマト寒天・牛乳	メルルーサ・ベーコン・牛乳	カリフラワー・にんじん・ホールコーン・いんげん・キャベツ・もやし・トマトジュース・リンゴジュース・寒天	ごはん・小麦粉・パン粉・油・じゃが芋・砂糖	454	16.9
30	月	ご飯・鶏の照り煮・付合せ(キュウリ)・ナスとピーマンの炒め煮・味噌汁(南瓜 油揚げ ネギ)・抹茶ミルク寒天・牛乳	鶏もも肉・さつま揚げ・油揚げ・牛乳	きゅうり・なす・ピーマン・南瓜・ねぎ・寒天	ごはん・片栗粉・三温糖・油・白炒りごま	505	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
 17日 メロン 20日 枝豆ごはん、そうめん汁、水ようかん 27日 トマト寒天
 * お知らせ
 9日 家族参観日の代休のため、給食提供はありません。

