



献立表



栃の木福祉会

日付	献立名	材料名 <small>(◎は10時おやつ, ○は午後おやつ材料)</small>			おやつ <small>(◎は10時, ○は午後おやつ)</small>
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
こいのぼり献立					
01 金	こいおぼりおこわ、 矢車ポール、 ししゃものチーズフライ、 こいのぼりウインナー、 いちご	米、じゃがいも、もち 米、パン粉、油、マヨ ネーズ、小麦粉、砂糖	○牛乳、◎牛乳、ウイ ンナー、ししゃも、卵、 ちくわ、脱脂粉乳、粉 チーズ、干しえび、ごま	いちご、グリーンアスパ ラガス、きゅうり、にんじ ん、グリーンピース(冷 凍)、干しいたけ、パ セリ	◎牛乳、 ○牛乳、○かしわも ち
02 土	牛乳、 ちゃんぽん風うどん、 キャベツのお浸し、 オレンジ	干しうどん、ごま油	牛乳、鶏むね肉(皮付 き)、脱脂粉乳、かつお 節	オレンジ、キャベツ、 きゅうり、チンゲンサイ、 たまねぎ、にんじん	◎お茶、 ○お茶、○アスパラ ガス
07 木	コッペパン、 ミネストローネスープ、 鮭のムニエル、 もやしとニラの和え物、 オレンジ	コッペパン、○米、小 麦粉、マカロニ・スパゲ ティ、油、砂糖、ごま油	◎牛乳、さけ、○チー ズ、ベーコン、ハム、バ ター、ごま、干しえび、 ○ごま	オレンジ、ホールトマト 缶詰、もやし、にら、た まねぎ、にんじん、キャ ベツ、セロリー、にんに く	◎牛乳、 ○お茶、○ゆかりお にぎり、○チーズ
08 金	ごはん、 みそ汁、 さわらのごま照り焼き、 アスパラとじゃこの和え物、 バナナ	米、油、砂糖、ごま油	○牛乳、◎牛乳、さわ ら、しらす干し、米みそ (淡色辛みそ)、ごま、 油揚げ	バナナ、だいこん、グ リーンアスパラガス、 キャベツ、にんじん、 カットわかめ	◎牛乳、 ○牛乳、○ビスコ
09 土	牛乳、 味噌煮込みうどん、 小松菜のお浸し、 グレープフルーツ	ゆでうどん	牛乳、鶏もも肉、淡色 みそ、油揚げ、ちくわ、 ごま	グレープフルーツ、ごま つな、にんじん、キャベ ツ、ねぎ	◎お茶、 ○お茶、○ぶどうゼ リー
11 月	ごはん、 すまし汁、 豚肉のしょうが焼き、 野菜炒め、 パイナップル	米、○白玉粉、じゃが いも、○砂糖、油、ごま 油	○牛乳、◎牛乳、豚肉 (肩ロース)、○絹ごし豆 腐、○きな粉	パイナップル、たまねぎ、 キャベツ、にんじん、チン ゲンサイ、たけのこ(ゆ で)、しめじ、コーン(冷 凍)、ねぎ、しょうが	◎牛乳、 ○牛乳、○白玉き な粉
12 火	食パン、 切干大根スープ、 マカロニチキングラタン、 にんじんグラッセ	食パン、○コーンフ レーク、マカロニ、小麦 粉、マーガリン、パン 粉、油、砂糖	○牛乳、◎牛乳、牛 乳、鶏もも肉、バター、 粉チーズ、干しえび	○バナナ、たまねぎ、に んじん、○みかん缶、○ パイン缶、チンゲンサイ、 コーン(冷凍)、マッシュ ルーム缶、切り干しだいこ ん	◎牛乳、 ○お茶、○フルーツ コーンフレーク
13 水	焼きそば、 中華スープ、 トマトサラダ、 パイナップル	焼きそばめん、○小麦 粉、油、○油、オリーブ 油、はるさめ、三温糖	○牛乳、◎牛乳、豚肉 (ばら)、○あずき(ゆ で)、○卵	パイナップル、トマト、 キャベツ、もやし、たま ねぎ、にんじん、にら、 ピーマン、しいたけ、あ おのり	◎牛乳、 ○牛乳、○あずき ドーナツ
14 木	コッペパン、 豆乳スープ、 タンドリーチキン、 マカロニサラダ、 バナナ	コッペパン、マカロニ、 ○砂糖、マヨネーズ	○牛乳、◎牛乳、豆 乳、鶏もも肉、ヨーグル ト(無糖)、ハム、ベーコ ン	○りんご濃縮果汁、バ ナナ、たまねぎ、きゅう り、かぼちゃ、にんじ ん、マッシュルーム、○ かんてん、にんにく	◎牛乳、 ○牛乳、○寒天
15 金	わかめごはん、 みそ汁、 メンチカツ(冷凍)、 あさづけ	米、じゃがいも、油	○牛乳、◎牛乳、淡色 みそ、油揚げ	キャベツ、もやし、きゅ うり、にんじん、塩こん ぶ	◎牛乳、 ○牛乳、○ハッピー ターン
16 土	ナポリタン、 スープ、 サラダ、 りんご	スパゲティ、オリーブ 油、三温糖	○牛乳、鶏もも肉(皮 付き)、しらす干し、干 しえび	りんご、たまねぎ、キャベ ツ、チンゲンサイ、コーン 缶、きゅうり、ピーマン、に んじん、マッシュルーム、 切り干しだいこん	◎お茶、 ○牛乳、○ぼたぼ た焼き
18 月	ごはん、 きのこスープ、 ひじき卵焼き、 ウインナーと野菜のソテー、 キウイフルーツ	米、○ホットケーキ粉、 ごま油、油、砂糖	○牛乳、◎牛乳、卵、 ウインナー、○卵、 ベーコン、油揚げ	キウイフルーツ、にんじ ん、○オレンジ濃縮果 汁、キャベツ、○パイン 缶、しめじ、ピーマン、た まねぎ、えのきたけ、ね ぎ、しいたけ、ひじき	◎牛乳、 ○牛乳、○オレンジ パインケーキ

献立表

2020年05月

日付	献立名	材料名 <small>(◎は10時おやつ、○は午後おやつ材料)</small>			おやつ <small>(◎は10時、○は午後おやつ)</small>
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
19 火	食パン、 野菜スープ、 鶏肉のパン粉焼き、 ポテトサラダ、 バナナ	食パン、○米、じゃがいも、○砂糖、マヨネーズ、パン粉、マーガリン、砂糖	◎牛乳、鶏むね肉、○チーズ、ベーコン、粉チーズ、○淡色みそ、○脱脂粉乳、干しえび	バナナ、きゅうり、キャベツ、にんじん、たまねぎ	◎牛乳、 ◎お茶、○五平もち、○チーズ
20 水	ツナスパゲティ、 チキンスープ、 ひじきとキャベツのサラダ、 キウイフルーツ	スパゲティ、○小麦粉、じゃがいも、マヨネーズ、○砂糖、オリーブ油、○油、油	○牛乳、◎牛乳、ツナ油漬缶、鶏もも肉、○卵、ベーコン、バター	キウイフルーツ、たまねぎ、キャベツ、コーン缶、コーン(冷凍)、にんじん、グリーンピース(冷凍)、○干しぶどう、赤ピーマン、黄ピーマン、マッシュルーム、ひじき、焼き	◎牛乳、 ○牛乳、○レーズン蒸しパン
21 木	コッペパン、 野菜スープ、 豚肉のカレーピカタ、キャベツのツナサラダ	コッペパン、じゃがいも、油、小麦粉、○砂糖、オリーブ油、砂糖	○牛乳、◎牛乳、豚肉(もも)、卵、ツナ油漬缶、○きな粉	○バナナ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、干しぶどう	◎牛乳、 ○牛乳、○ばなこ
22 金	ごはん、 きのこスープ、 鮭のコーンマヨネーズ焼き、 スパゲティのサラダ、 キウイフルーツ	米、マヨネーズ、スパゲティ、小麦粉、油、マーガリン、オリーブ油	○牛乳、◎牛乳、さけ、ベーコン、ハム、粉チーズ	キウイフルーツ、きゅうり、キャベツ、にんじん、しめじ、クリームコーン缶、えのきたけ、しいたけ	◎牛乳、 ○牛乳、○雪の宿
23 土	牛乳、 ソース焼きそば、 アスパラとにんじんの煮びたし、 グレープフルーツ	焼きそばめん、油	牛乳、豚肉(ばら)	グレープフルーツ、グリーンアスパラガス、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、あおのり	◎お茶、 ◎お茶、○薄皮クリームパン
25 月	ごはん、 豆腐すまし汁、 豚とナスの炒め物、 キャベツとじゃこのお浸し、 グレープフルーツ	米、○マカロニ、油、○砂糖、砂糖	○牛乳、◎牛乳、豚肉(肩ロース)、木綿豆腐、しらす干し、○きな粉、淡色みそ、○バター	グレープフルーツ、なす、キャベツ、にんじん、こまつな、グリーンピース(冷凍)	◎牛乳、 ○牛乳、○マカロニきな粉
26 火	ハムチーズサンド、 コーンスープ、 鶏肉とアスパラ炒め、かぼちゃのサラダ	食パン、○小麦粉、○コーンフレーク、○砂糖、マヨネーズ、マーガリン、油	○牛乳、◎牛乳、鶏むね肉、○無塩バター、ハム、スライスチーズ、○卵、ヨーグルト(無糖)	クリームコーン缶、かぼちゃ、たまねぎ、コーン缶、きゅうり、にんじん、グリーンアスパラガス、コーン(冷凍)	◎牛乳、 ○牛乳、○シリアルクッキー
27 水	スープスパゲティ、 鶏肉のマーマレード焼き、 にんじんときゅうりのマリネ、 バナナ	スパゲティ、○ホットケーキ粉、○油、油、○グラニュー糖、片栗粉	○牛乳、◎牛乳、鶏もも肉、豚肉(肩ロース)、ベーコン、○卵、○バター、しらす干し	バナナ、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、キャベツ、コーン(冷凍)、きゅうり、マーマレード、パセリ	◎牛乳、 ○牛乳、○ドーナツ
28 木	ホットドッグ、 大豆のスープ、 マカロニサラダ	コッペパン、マカロニ、マヨネーズ、油	○牛乳、◎牛乳、ウインナー、だいず水煮缶詰、干しえび	キャベツ、○いちごジャム、ホールトマト缶詰、きゅうり、にんじん、コーン缶、コーン(冷凍)、グリーンピース(冷凍)	◎牛乳、 ○牛乳、○サンドクッキー
誕生日会					
29 金	カレーライス、 コーンスープ、 コールスローサラダ、 グレープフルーツ、リンゴジュース	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、マヨネーズ、油、○粉糖	◎牛乳、豚肉(肩ロース)、○無塩バター、○脱脂粉乳、○牛乳、脱脂粉乳	○りんご濃縮果汁、グレープフルーツ、たまねぎ、○バナナ、にんじん、コーン缶、キャベツ、コーン(冷凍)、グリーンピース(冷凍)、カットわかめ	◎牛乳、 ○リンゴジュース、 ○ココアケーキ
30 土	牛乳、 味噌煮込みうどん、 きゅうりとわかめの酢の物、 オレンジ	ゆでうどん、砂糖	牛乳、鶏もも肉、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ	オレンジ、きゅうり、ねぎ、にんじん、カットわかめ	◎お茶、 ◎お茶、○アスパラガス