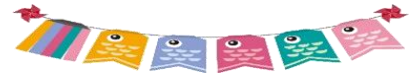




令和6年5月 献立表



福岡市立東部療育センター

日 ／ 曜	献立名	材 料 名			エネルギー
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 ／ 水	ご飯 牛丼風 胡瓜の海苔和え すまし汁 キウイ、牛乳	米／植物油／三温糖 ／ごま油 	牛肉スライス／きざ みのり／★お魚パ スタ／★牛乳	玉ねぎ／人参／ねぎ／ きゅうり／キャベツ／し いたけ／キウイフルーツ	421
2 ／ 木	食パン・りんごジャム 鶏肉のトマトチーズ焼き フレンチサラダ 豆乳スープ 元気ヨーグルト、りんごジュース	★食パン／植物油／ 三温糖／じゃがいも	鶏肉もも／★とろけ るチーズ／鶏肉もも ／豆乳／★元気ヨー グルト	りんごジャム／にんにく ／しょうが／キャベツ／ きゅうり／人参／レモン 果汁／玉ねぎ／パセリ／ りんごジュース	343
7 ／ 火	ご飯 煮魚 春野菜の胡麻マヨ和え 味噌汁 バナナ、牛乳	米／三温糖／じゃが いも／★マヨネーズ ／★すりごま	★魚／油揚げ／合わ せ味噌／★牛乳 	しょうが／人参／きぬさ や／えのき／玉ねぎ／ね ぎ／★バナナ	411
8 ／ 水	スパゲティミートソース じゃが芋のチーズ焼き キャベツとチキンのスープ りんごゼリー 牛乳	★スパゲッティ／植 物油／じゃがいも／ 三温糖	牛ひき肉／豚ひき肉 ／★とろけるチーズ ／鶏肉もも／ゼラチ ン／★牛乳	にんにく／玉ねぎ／人参 ／マッシュルーム／トマ ト水煮缶／パセリ／キャ ベツ／りんごジュース	419
9 ／ 木	ご飯 豚肉の南部焼き わかめと胡瓜の酢の物 すまし汁 オレンジ、牛乳	米／★すりごま／三 温糖／植物油 	豚肉スライス／乾燥 わかめ／★かにかま フレーク／木綿豆腐 ／★牛乳	しょうが／きゅうり／ キャベツ／人参／玉ねぎ ／ねぎ／オレンジ	415
10 ／ 金	ご飯 塩唐揚げ 筑前煮 味噌汁 野菜とくだものゼリー 牛乳	米／片栗粉／植物油 ／里芋／三温糖	鶏肉もも／鶏肉もも ／合わせ味噌／★牛 乳	しょうが／にんにく／人 参／れんこん／ごぼう／ 干しいたけ／いんげん ／玉ねぎ／キャベツ／ね ぎ／野菜とくだものゼ リー	462
13 ／ 月	ご飯 鮭のマリネ焼き ささみと大葉のサラダ 味噌汁 バナナ、牛乳	米／★すりごま／★ マヨネーズ 	★鮭／鶏ささ身／合 わせ味噌／★牛乳	きゅうり／人参／キャベ ツ／しそ／玉ねぎ／ひら たけ／★バナナ	451
14 ／ 火	ご飯 和風ミートローフ さつまいものバター焼き すまし汁 キウイ、牛乳	米／植物油／★パン 粉／さつまいも／★ 有塩バター	豚ひき肉／鶏ひき肉 ／木綿豆腐／米みそ ／★牛乳	玉ねぎ／人参／えのき／ ねぎ／キウイフルーツ	471
15 ／ 水	人参パン ウィンナーオムレツ ツナサラダ チキンスープ ヨーグルト、りんごジュース	★人参パン／植物油 ／三温糖	★卵／ウィンナー／ ★スキムミルク／★ ツナフレーク／鶏肉 もも／★ヨーグルト	玉ねぎ／人参／キャベツ ／きゅうり／コーン／パ セリ／りんごジュース	424
16 ／ 木	ハヤシライス やさいのピクルス フライドポテト バナナ 牛乳	米／★ハヤシルウ／ 植物油／三温糖／★ シューストリングポ テト	牛肉スライス／★粉 チーズ／★牛乳	玉ねぎ／人参／トマト水 煮缶／マッシュルーム／ グリーンピース／にんにく ／きゅうり／トマト／★ バナナ	482

日 ／ 曜	献立名	材 料 名			エネルギー
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
17 ／ 金	おにぎり たこさんウインナー 豆腐入り卵焼き ポテトサラダ わかめスープ ストロベリーゼリー、ヤクルト	米／植物油／じゃがいも／★マヨネーズ／ごま油 	味付けのり／たこさんウインナー／★卵／絹ごし豆腐／★スキムミルク／★ベーコン／乾燥わかめ／ヤクルト	人参／きゅうり／玉ねぎ／ねぎ	538
20 ／ 月	ご飯 牛丼風 胡瓜の海苔和え すまし汁 キウイ、牛乳	米／植物油／三温糖／ごま油	牛肉スライス／きざみのり／★お魚パスタ／★牛乳	玉ねぎ／人参／ねぎ／きゅうり／キャベツ／しいたけ／キウイフルーツ	421
21 ／ 火	食パン・りんごジャム 鶏肉のトマトチーズ焼き フレンチサラダ 豆乳スープ 元気ヨーグルト、りんごジュース	★食パン／植物油／三温糖／じゃがいも 	鶏肉もも／★とろけるチーズ／鶏肉もも／豆乳／★元気ヨーグルト	りんごジャム／にんにく／しょうが／キャベツ／きゅうり／人参／レモン果汁／玉ねぎ／パセリ／りんごジュース	343
22 ／ 水	ご飯 煮魚 春野菜の胡麻マヨ和え 味噌汁 バナナ、牛乳	米／三温糖／じゃがいも／★マヨネーズ／★すりごま	★魚／油揚げ／合わせ味噌／★牛乳 	しょうが／人参／きぬさや／えのき／玉ねぎ／ねぎ／★バナナ	411
23 ／ 木	スパゲティミートソース じゃが芋のチーズ焼き キャベツとチキンのスープ りんごゼリー 牛乳	★スパゲティ／植物油／じゃがいも／三温糖	牛ひき肉／豚ひき肉／★とろけるチーズ／鶏肉もも／ゼラチン／★牛乳	にんにく／玉ねぎ／人参／マッシュルーム／トマト水煮缶／パセリ／キャベツ／りんごジュース	419
24 ／ 金	ご飯 豚肉の南部焼き わかめと胡瓜の酢の物 すまし汁 オレンジ、牛乳	米／★すりごま／三温糖／植物油	豚肉スライス／乾燥わかめ／★かにかまフレーク／木綿豆腐／★牛乳	しょうが／きゅうり／キャベツ／人参／玉ねぎ／ねぎ／オレンジ	415
27 ／ 月	人参パン ウインナーオムレツ ツナサラダ チキンスープ ヨーグルト、りんごジュース	★人参パン／植物油／三温糖 	★卵／ウインナー／★スキムミルク／★ツナフレーク／鶏肉もも／★ヨーグルト	玉ねぎ／人参／キャベツ／きゅうり／コーン／パセリ／りんごジュース	424
28 ／ 火	ご飯 塩唐揚げ 筑前煮 味噌汁、 野菜とくだものゼリー、牛乳	米／片栗粉／植物油／里芋／三温糖	鶏肉もも／鶏肉もも／合わせ味噌／★牛乳	しょうが／にんにく／人参／れんこん／ごぼう／干しいたけ／いんげん／玉ねぎ／キャベツ／ねぎ／野菜とくだものゼリー	462
29 ／ 水	ハヤシライス やさいのピクルス フライドポテト バナナ 牛乳	米／★ハヤシルウ／植物油／三温糖／★シューストリングポテト	牛肉スライス／★粉チーズ／★牛乳	玉ねぎ／人参／トマト水煮缶／マッシュルーム／グリーンピース／にんにく／きゅうり／トマト／★バナナ	482
30 ／ 木	ご飯 和風ミートローフ さつまいものバター焼き すまし汁 キウイ、牛乳	米／植物油／★パン粉／さつまいも／★有塩バター	豚ひき肉／鶏ひき肉／木綿豆腐／米みそ／★牛乳	玉ねぎ／人参／えのき／ねぎ／キウイフルーツ	471
31 ／ 金	ご飯 鮭のマリネ焼き ささみと大葉のサラダ 味噌汁 バナナ、牛乳	米／★すりごま／★マヨネーズ 	★鮭／鶏ささ身／合わせ味噌／★牛乳	きゅうり／人参／キャベツ／しそ／玉ねぎ／ひらたけ／★バナナ	451

※★印の食材は、当センターにおいてアレルギーに対応するため、個別に除去や変更をしています。

※材料の都合により、献立を変更することがあります。飲み物(牛乳など)は、年齢によって異なることがあります。