



# 令和6年9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	
2 ／ 月	ご飯 豆腐入り卵焼き ひじきの煮物 すまし汁 梨ゼリー、牛乳	米／植物油／三温糖 	★卵／絹ごし豆腐／ ★スキムミルク／豚 肉スライス／油揚げ ／★牛乳	干ひじき／人参／いんげ ん／玉ねぎ／えのき／ね ぎ	484
3 ／ 火	ちゃんぽん じゃが芋のりバター焼き ヨーグルト りんごジュース	★中華めん／ごま油 ／植物油／じゃがい も／★有塩バター	豚肉スライス／★牛 乳／青のり／★ヨー グルト	玉ねぎ／人参／しいたけ ／もやし／キャベツ／ね ぎ／しょうが／にんにく ／りんごジュース	440
4 ／ 水	食パン りんごジャム カレービーンズ かぼちゃといんげんのソテー 野菜スープ、バナナ、牛乳	★食パン／植物油／ ★カレールウ／オ リーブ油／★マカロ ニ	豚ひき肉／大豆ク ラッシュ／ウィン ナー／★牛乳 	りんごジャム／にんにく ／玉ねぎ／人参／いんげ ん／かぼちゃ／キャベツ ／チンゲン菜／★バナナ	442
5 ／ 木	ご飯 豚丼風 ゆかり和え 味噌汁 キウイ、牛乳	米／植物油／三温糖 ／じゃがいも	豚肉スライス／油揚 げ／合わせ味噌／★ 牛乳	玉ねぎ／人参／ねぎ／ キャベツ／きゅうり／ゆ かり／★キウイフルーツ	408
6 ／ 金	ドックパン ウインナー コールスローサラダ きのこスープ 十五夜デザート ヤクルト	★ロールパン／植物 油／★マヨネーズ 	ウインナー／鶏肉も も／ヤクルト	キャベツ／きゅうり／人 参／コーン／えのき／し いたけ／玉ねぎ／十五夜 デザート	421
9 ／ 月	ご飯 魚のねぎ味噌焼き 春雨の酢の物 すまし汁 ぶどうゼリー、牛乳	米／はるさめ／植物 油／三温糖	★魚／米みそ／★ ロースハム／★卵／ ★牛乳	しょうが／ねぎ／きゅう り／人参／しいたけ／玉 ねぎ／水菜	461
10 ／ 火	人参パン 豚肉のケチャップ煮 さつま芋スティック コーンスープ 乳なし バナナ、牛乳	★人参パン／じゃが いも／植物油／三温 糖／さつまいも	豚肉スライス／★牛 乳	人参／玉ねぎ／ピーマン ／コーンクリーム缶／★ バナナ 	472
11 ／ 水	ご飯 鶏の唐揚げ 胡瓜のしらす和え かき玉汁 元気ヨーグルト りんごジュース	米／片栗粉／植物油 ／三温糖 	鶏肉もも／カットわ かめ／★しらす干し ／★卵／★元気ヨー グルト	しょうが／にんにく／ きゅうり／キャベツ／人 参／玉ねぎ／水菜／りん ごジュース	438
12 ／ 木	ハヤシライス フライドポテト 青じそとツナのサラダ りんごゼリー 牛乳	米／★ハヤシルウ／ 植物油／★シュース トリングポテト／三 温糖	牛肉スライス／★粉 チーズ／★ツナフ レーク／ゼラチン／ ★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／しそ／りん ごジュース	509

(★印はアレルギー除去対象食品です)

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	
13 ／ 金	ご飯 豆腐のハンバーグ 青梗菜の炒め物 味噌汁 キウイ、牛乳	米／片栗粉／三温糖 ／植物油 	牛ひき肉／豚ひき肉 ／絹ごし豆腐／★ス キムミルク／★ペー コン／合わせ味噌／ ★牛乳	玉ねぎ／人参／チンゲン 菜／しいたけ／えのき／ ねぎ／★キウイフルーツ	452
17 ／ 火	ご飯 豆腐入り卵焼き ひじきの煮物 すまし汁 梨ゼリー、牛乳	米／植物油／三温糖	★卵／絹ごし豆腐／ ★スキムミルク／豚 肉スライス／油揚げ ／★牛乳	干ひじき／人参／いんげ ん／玉ねぎ／えのき／ね ぎ	484
18 ／ 水	ちゃんぽん じゃが芋のりバター焼き ヨーグルト りんごジュース	★中華めん／ごま油 ／植物油／じゃがい も／★有塩バター	豚肉スライス／★牛 乳／青のり／★ヨー グルト	玉ねぎ／人参／しいたけ ／もやし／キャベツ／ね ぎ／しょうが／にんにく ／りんごジュース	440
19 ／ 木	食パン りんごジャム カレービーンズ かぼちゃといんげんのソテー 野菜スープ バナナ、牛乳	★食パン／植物油／ ★カレールウ／オ リーブ油／★マカロ ニ	豚ひき肉／大豆ク ラッシュ／ウィン ナー／★牛乳 	りんごジャム／にんにく ／玉ねぎ／人参／いんげ ん／かぼちゃ／キャベツ ／チンゲン菜／★バナナ	442
20 ／ 金	ご飯 豚丼風 ゆかり和え 味噌汁 キウイ、牛乳	米／植物油／三温糖 ／じゃがいも	豚肉スライス／油揚 げ／合わせ味噌／★ 牛乳	玉ねぎ／人参／ねぎ／ キャベツ／きゅうり／ゆ かり／★キウイフルーツ	408
24 ／ 火	ご飯 魚のねぎ味噌焼き 春雨の酢の物 すまし汁 ぶどうゼリー、牛乳	米／はるさめ／植物 油／三温糖 	★魚／米みそ／★ ロースハム／★卵／ ★牛乳	しょうが／ねぎ／きゅう り／人参／しいたけ／玉 ねぎ／水菜	461
25 ／ 水	ご飯 豆腐のハンバーグ 青梗菜の炒め物 味噌汁 キウイ、牛乳	米／片栗粉／三温糖 ／植物油	牛ひき肉／豚ひき肉 ／絹ごし豆腐／★ス キムミルク／★ペー コン／合わせ味噌／ ★牛乳	玉ねぎ／人参／チンゲン 菜／しいたけ／えのき／ ねぎ／★キウイフルーツ	452
26 ／ 木	ご飯 鶏の唐揚げ 胡瓜のしらす和え かき玉汁 元気ヨーグルト りんごジュース	米／片栗粉／植物油 ／三温糖	鶏肉もも／カットわ かめ／★しらす干し ／★卵／★元気ヨー グルト 	しょうが／にんにく／ きゅうり／キャベツ／人 参／玉ねぎ／水菜／りん ごジュース	389
27 ／ 金	ハヤシライス フライドポテト 青じそとツナのサラダ りんごゼリー 牛乳	米／★ハヤシルウ／ 植物油／★シュース トリングポテト／三 温糖	牛肉スライス／★粉 チーズ／★ツナフ レーク／ゼラチン／ ★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／しそ／りん ごジュース	509
30 ／ 月	人参パン 豚肉のケチャップ煮 さつま芋スティック コーンスープ 乳なし バナナ、牛乳	★人参パン／じゃが いも／植物油／三温 糖／さつまいも	豚肉スライス／★牛 乳	人参／玉ねぎ／ピーマン ／コーンクリーム缶／★ バナナ	472

※★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。