



令和7年2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	
3 ／ 月	ご飯 豆腐のハンバーグ じゃこサラダ ささみのすまし汁 バナナ 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／乾燥わかめ／★しらす干し ／鶏ささ身／★牛乳	玉ねぎ／人参／キャベツ ／きゅうり／水菜／★バナナ	443
4 ／ 火	トマトクリームスパゲッティ ウィンナーとブロッコリー じゃが芋のスープ 元気ヨーグルト りんごジュース	★スパゲッティ／植物油 ／じゃがいも	鶏肉／★スキムミルク ／★粉チーズ／ウィンナー／★元気ヨーグルト	玉ねぎ／人参／しめじ ／マッシュルーム／トマト ／にんにく／パセリ／ブロッコリー／ねぎ／りんごジュース	385
5 ／ 水	ロールパン ポークビーンズ さつま芋スティック キャベツとチキンのスープ りんごゼリー 牛乳	★ロールパン／植物油 ／さつまいも／三温糖 	大豆クラッシュ／豚ひき肉／★ベーコン ／鶏肉／ゼラチン／★牛乳	玉ねぎ／人参／キャベツ ／パセリ／りんごジュース	442
6 ／ 木	ご飯 鶏肉の味噌香味焼き レンコンのサラダ すまし汁 バナナ 牛乳	米／三温糖／調合油 ／★マヨネーズ	鶏肉／米みそ／★かにかまフレーク／★牛乳	しょうが／れんこん ／きゅうり／人参／しいたけ ／玉ねぎ／水菜／★バナナ	432
7 ／ 金	ご飯 魚の竜田揚げ 大根の酢の物 味噌汁 ももゼリー 牛乳	米／三温糖／片栗粉 ／植物油 	★魚／★ロースハム ／木綿豆腐／合わせ味噌／★牛乳	しょうが／大根／きゅうり ／人参／玉ねぎ／えのき ／ねぎ	423
10 ／ 月	カレーライス コーンサラダ フライドポテト バナナ 牛乳	米／じゃがいも／植物油 ／★カレールウ ／三温糖	牛肉／★粉チーズ ／★牛乳	玉ねぎ／人参／グリーン ピース／きゅうり／キャベツ ／コーン／★バナナ	494
12 ／ 水	ご飯 豚肉のしょうが焼き ひじきのサラダ すまし汁 りんごゼリー 牛乳	米／三温糖／植物油 ／★マヨネーズ 	豚肉／★ロースハム ／ゼラチン／★牛乳	玉ねぎ／しょうが／干ひじき ／きゅうり／人参／えのき ／ねぎ／りんごジュース	479
13 ／ 木	食パン、いちごジャム タンドリーチキン 根菜のグリル 大根スープ ヨーグルト りんごジュース	★食パン／★有塩バター ／じゃがいも／オリーブ油	鶏肉／★ヨーグルト ／ウィンナー	いちごジャム／にんにく ／玉ねぎ／れんこん／人参 ／いんげん／大根／水菜 ／りんごジュース	425
14 ／ 金	ハートのオムハヤシ ジャーマンポテト ゆでブロッコリー きなこプリン ジョア 《誕生会》 	米／★ハヤシルウ ／植物油／じゃがいも	★薄焼きたまご／牛肉 ／★ベーコン／★ジョア ／★きなこプリン	玉ねぎ／人参／トマト ／マッシュルーム／グリーン ピース／にんにく／ブロッコリー	487

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 ／ 月	ご飯 ツナの卵焼き かぼちゃのオーブン焼き 味噌汁 りんごゼリー 牛乳	米／植物油／三温糖 	★卵／★スキムミルク／★ツナフレーク／ウィンナー／★とろけるチーズ／油揚げ／合わせ味噌／ゼラチン／★牛乳	玉ねぎ／人参／かぼちゃ／えのき／ねぎ／りんごジュース	471
18 ／ 火	ご飯 豆腐のハンバーグ じゃこサラダ ささみのすまし汁 バナナ 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／乾燥わかめ／★しらす干し／鶏ささ身／★牛乳	玉ねぎ／人参／キャベツ／きゅうり／水菜／★バナナ	443
19 ／ 水	トマトクリームスパゲッティ ウィンナーとブロッコリー じゃが芋のスープ 元気ヨーグルト りんごジュース	★スパゲッティ／植物油／じゃがいも 	鶏肉／★スキムミルク／★粉チーズ／ウィンナー／★元気ヨーグルト	玉ねぎ／人参／しめじ／マッシュルーム／トマト／にんにく／パセリ／ブロッコリー／ねぎ／りんごジュース	385
20 ／ 木	ロールパン ポークビーンズ さつま芋スティック キャベツとチキンのスープ りんごゼリー 牛乳	★ロールパン／植物油／さつまいも／三温糖	大豆クラッシュ／豚ひき肉／★ベーコン／鶏肉／ゼラチン／★牛乳	玉ねぎ／人参／キャベツ／パセリ／りんごジュース	442
21 ／ 金	ご飯 鶏肉の味噌香味焼き レンコンのサラダ すまし汁 バナナ 牛乳	米／三温糖／調合油／★マヨネーズ 	鶏肉／米みそ／★かにかまフレーク／★牛乳	しょうが／れんこん／きゅうり／人参／しいたけ／玉ねぎ／水菜／★バナナ	432
25 ／ 火	食パン、いちごジャム タンドリーチキン 根菜のグリル 大根スープ ヨーグルト りんごジュース	★食パン／★有塩バター／じゃがいも／オリーブ油	鶏肉／★ヨーグルト／ウィンナー	いちごジャム／にんにく／玉ねぎ／れんこん／人参／いんげん／大根／水菜／りんごジュース	425
26 ／ 水	ご飯 魚の竜田揚げ 大根の酢の物 味噌汁 ももゼリー 牛乳	米／三温糖／片栗粉／植物油	★魚／★ロースハム／木綿豆腐／合わせ味噌／★牛乳	しょうが／大根／きゅうり／人参／玉ねぎ／えのき／ねぎ	423
27 ／ 木	カレーライス コーンサラダ フライドポテト バナナ 牛乳	米／じゃがいも／植物油／★カレールウ／三温糖 	牛肉／★粉チーズ／★牛乳	玉ねぎ／人参／グリーンピース／きゅうり／キャベツ／コーン／★バナナ	494
28 ／ 金	ご飯 豚肉のしょうが焼き ひじきのサラダ すまし汁 りんごゼリー 牛乳	米／三温糖／植物油／★マヨネーズ	豚肉／★ロースハム／ゼラチン／★牛乳 	玉ねぎ／しょうが／干ひじき／きゅうり／人参／えのき／ねぎ／りんごジュース	479

※★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。