

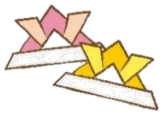


令和7年5月 献立表



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 ／ 木	ご飯 豚肉の南部焼き 野菜のナムル 豆腐の中華スープ ぶどうゼリー, 牛乳	米／★すりごま／三 温糖／植物油／ごま 油／片栗粉	豚肉スライス／木綿 豆腐／★牛乳	しょうが／もやし／きゅう り／人参／玉ねぎ 	445
2 ／ 金	ご飯 魚のおろし煮 筑前煮 味噌汁 オレンジ, 牛乳	米／片栗粉／植物油 ／三温糖／里芋 	★魚／鶏肉もも／合 わせ味噌／★牛乳	大根／人参／れんこん／ ごぼう／干しいたけ／ いんげん／玉ねぎ／えの き／ねぎ／オレンジ	437
7 ／ 水	食パン りんごジャム 鶏のマーマレード焼き ジャーマンポテト きのこスープ りんごゼリー, 牛乳	★食パン／植物油／ じゃがいも／三温糖	鶏肉もも／ウィン ナー／鶏肉もも／ゼ ラチン／★牛乳 	りんごジャム／マーマ レードジャム／玉ねぎ／ えのき／しいたけ／人参 ／りんごジュース	414
8 ／ 木	ご飯 牛丼風 胡瓜の酢の物 すまし汁 バナナ, 牛乳	米／植物油／三温糖	牛肉スライス／★か にかまフレーク／鶏 肉もも／★牛乳	玉ねぎ／人参／ねぎ／ きゅうり／もやし／えの き／しいたけ／バナナ	411
9 ／ 金	ちゃんぽん さつま芋スティック ヨーグルト りんごジュース	★中華めん／ごま油 ／植物油／さつまい も	豚肉スライス／★牛 乳／★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	460
12 ／ 月	ハヤシライス コールスローサラダ フライドポテト りんごゼリー 牛乳	米／★ハヤシルウ／ 植物油／★マヨネー ズ／じゃがいも／三 温糖	牛肉スライス／★粉 チーズ／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 ／キャベツ／きゅうり／ コーン／りんごジュース	496
13 ／ 火	ご飯 鶏の香味焼き ひじきの煮物 味噌汁 りんごムース, 牛乳	米／三温糖／植物油 ／じゃがいも 	鶏肉もも／豚肉スラ イス／油揚げ／合わ せ味噌／★牛乳	しょうが／ねぎ／干ひじ き／人参／いんげん／玉 ねぎ	466
14 ／ 水	ご飯 松風焼き キャベツとささ身のサラダ すまし汁 バナナ, 牛乳	米／植物油／★パン 粉／三温糖／ごま油	豚ひき肉／★卵／★ スキムミルク／米み そ／青のり／鶏ささ 身／★牛乳	玉ねぎ／人参／キャベツ ／きゅうり／えのき／ね ぎ／バナナ	419
15 ／ 木	人参パン ポークチャップ 春野菜の胡麻マヨ和え 豆乳スープ 元気ヨーグルト りんごジュース	★人参パン／植物油 ／じゃがいも／★マ ヨネーズ／★すりご ま	豚肉スライス／鶏肉 もも／豆乳／★元気 ヨーグルト	玉ねぎ／しょうが／人参 ／スナックエンドウ／パセリ／ りんごジュース	449
16 ／ 金	おにぎり ささみフライ ブロッコリーサラダ わかめスープ いちごムース ヤクルト 《誕生会》	米／植物油／★薄力 粉／★パン粉／ごま 油	味付けのり／鶏ささ 身／★卵／★ツナフ レーク／乾燥わかめ ／ヤクルト／★いち ごムース	ブロッコリー／人参／玉 ねぎ／水菜／きゅうり 	454

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	
19 ／ 月	食パン、りんごジャム 鶏のマーマレード焼き ジャーマンポテト きのこスープ りんごゼリー、牛乳	★食パン／植物油／ じゃがいも／三温糖	鶏肉もも／ウィン ナー／鶏肉もも／ゼ ラチン／★牛乳	りんごジャム／マー マレードジャム／玉ねぎ ／えのき／しいたけ／人 参／りんごジュース	414
20 ／ 火	ご飯 松風焼き キャベツとささ身のサラダ すまし汁 バナナ、牛乳	米／植物油／★パン 粉／三温糖／ごま油 	豚ひき肉／★卵／★ スキムミルク／米み そ／青のり／鶏ささ 身／★牛乳	玉ねぎ／人参／キャベ ツ／きゅうり／えのき／ ねぎ／バナナ	419
21 ／ 水	ご飯 豚肉の南部焼き 野菜のナムル 豆腐の中華スープ ぶどうゼリー、牛乳	米／★すりごま／三 温糖／植物油／ごま 油／片栗粉	豚肉スライス／木綿 豆腐／★牛乳	しょうが／もやし／き ゅうり／人参／玉ねぎ	445
22 ／ 木	ちゃんぽん さつま芋スティック ヨーグルト りんごジュース	★中華めん／ごま油 ／植物油／さつまい も	豚肉スライス／★牛 乳／★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	460
23 ／ 金	ご飯 ハンバーグ かぼちゃのチーズ焼き チキンスープ キウイ、牛乳	米／植物油／★パン 粉／オリーブ油	牛ひき肉／豚ひき肉 ／★卵／★牛乳／★ とろけるチーズ／鶏 肉もも	玉ねぎ／人参／かぼち ゃ／キャベツ／パセリ／ ★キウイフルーツ	495
26 ／ 月	ご飯 魚のおろし煮 筑前煮 味噌汁 オレンジ、牛乳	米／片栗粉／植物油 ／三温糖／里芋 	★魚／鶏肉もも／合 わせ味噌／★牛乳	大根／人参／れんこん ／ごぼう／干しいたけ ／いんげん／玉ねぎ／ えのき／ねぎ／オレンジ	437
27 ／ 火	ハヤシライス コールスローサラダ フライドポテト りんごゼリー 牛乳	米／★ハヤシルウ／ 植物油／★マヨネー ズ／じゃがいも／三 温糖	牛肉スライス／★粉 チーズ／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／キャベツ ／きゅうり／コーン ／りんごジュース	496
28 ／ 水	ご飯 牛丼風 胡瓜の酢の物 すまし汁 バナナ、牛乳	米／植物油／三温糖 ／里芋	牛肉スライス／★か にかまフレーク／鶏 肉もも／★牛乳	玉ねぎ／人参／ねぎ ／きゅうり／もやし／ えのき／しいたけ／ バナナ	411
29 ／ 木	ご飯 鶏の香味焼き ひじきの煮物 味噌汁 りんごムース、牛乳	米／三温糖／植物油 ／じゃがいも 	鶏肉もも／豚肉スラ イス／油揚げ／合わ せ味噌／★牛乳	しょうが／ねぎ／干ひ じき／人参／いんげん ／玉ねぎ	466
30 ／ 金	人参パン ポークチャップ 春野菜の胡麻マヨ和え 豆乳スープ 元気ヨーグルト りんごジュース	★人参パン／植物油 ／じゃがいも／★マ ヨネーズ／★すりご ま	豚肉スライス／鶏肉 もも／豆乳／★元気 ヨーグルト	玉ねぎ／しょうが／人 参／スナックエンドウ ／パセリ／りんごジュ ース 	449

※★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。