



令和7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	
1 ／ 月	ご飯 塩唐揚げ 切り干し大根の和え物 味噌汁 バナナ 牛乳	米／三温糖／片栗粉／植物油	鶏肉もも／★ツナフレーク／油揚げ／合わせ味噌／★牛乳	しょうが／にんにく／切干しだいこん／きゅうり／人参／玉ねぎ／なす／ねぎ／バナナ	438
2 ／ 火	ご飯 麻婆茄子 大学芋 わかめスープ オレンジ 牛乳	米／三温糖／植物油／片栗粉／さつまいも／ごま油 	絹ごし豆腐／鶏ひき肉／赤みそ／乾燥わかめ／★牛乳	なす／玉ねぎ／人参／深ねぎ／しょうが／にんにく／干しいたけ／ねぎ／オレンジ	443
3 ／ 水	ご飯 煮魚 棒々鶏 すまし汁 キウイ 牛乳	米／三温糖／すりごま／ごま油	★魚／鶏ささ身／米みそ／木綿豆腐／★牛乳	しょうが／きゅうり／人参／玉ねぎ／ねぎ／★キウイフルーツ 	375
4 ／ 木	ロールパン ポークチャップ 南瓜サラダ チキンスープ 元気ヨーグルト りんごジュース	★ロールパン／植物油／★マヨネーズ	豚肉スライス／★ロースハム／鶏肉もも／★元気ヨーグルト	玉ねぎ／しょうが／かぼちゃ／きゅうり／人参／キャベツ／パセリ／りんごジュース	463
5 ／ 金	かしわうどん 野菜のグリル りんごゼリー 牛乳	★うどん／植物油／三温糖／じゃがいも／オリーブ油	鶏肉もも／ウィンナー／ゼラチン／★牛乳	しょうが／人参／しいたけ／ねぎ／冷凍いんげん／にんにく／りんごジュース	367
7 ／ 日	ご飯 魚の竜田揚げ 筑前煮 味噌汁 元気ヨーグルト	米／三温糖／片栗粉／植物油 	★魚／鶏肉もも／合わせ味噌／★元気ヨーグルト	しょうが／人参／大根／ごぼう／いんげん／玉ねぎ／ねぎ	377
8 ／ 月	ハヤシライス じゃこサラダ フライドポテト バナナ 牛乳	米／★ハヤシルウ／植物油／三温糖／じゃがいも	牛肉スライス／乾燥わかめ／★しらす干し／★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／キャベツ／バナナ	468
9 ／ 火	ご飯 豆腐入り卵焼き 根菜のそぼろ煮 すまし汁 りんごムース 牛乳	米／植物油／三温糖	★卵／絹ごし豆腐／★スキムミルク／豚ひき肉／★牛乳	しょうが／大根／人参／ごぼう／れんこん／玉ねぎ／ねぎ	410
10 ／ 水	食パン りんごジャム 鶏のマーマレード焼き ツナサラダ 野菜スープ ヨーグルト, りんごジュース	★食パン／植物油／★マヨネーズ	鶏肉もも／★ツナフレーク／★ヨーグルト 	りんごジャム／マーマレードジャム／キャベツ／きゅうり／人参／コーン／玉ねぎ／りんごジュース	459
11 ／ 木	ご飯 豚肉の生姜焼き 胡瓜の胡麻和え 味噌汁 ぶどうゼリー 牛乳 	米／植物油／すりごま／三温糖	豚肉スライス／油揚げ／合わせ味噌／★牛乳	しょうが／きゅうり／人参／えのき／玉ねぎ／ねぎ	464
12 ／ 金	ドックパン 白身魚のフライ 卵サラダ きのこスープ プリン ヤクルト 誕生会	★ロールパン／★薄力粉／★パン粉／植物油／★マヨネーズ	★魚／★卵／鶏肉もも／★ヤクルト	コーン／人参／きゅうり／玉ねぎ／えのき／しいたけ	518

(★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	
16 ／ 火	ロールパン ポークチャップ 南瓜サラダ チキンスープ 元気ヨーグルト りんごジュース	★ロールパン／植物油／★マヨネーズ	豚肉スライス／★ロースハム／鶏肉もも／★元気ヨーグルト	玉ねぎ／しょうが／かぼちゃ／きゅうり／人参／キャベツ／パセリ／りんごジュース	463
17 ／ 水	かしわうどん 野菜のグリル りんごゼリー 牛乳 	★うどん／植物油／三温糖／じゃがいも／オリーブ油	鶏肉もも／ウィンナー／ゼラチン／★牛乳	玉ねぎ／人参／しいたけ／ねぎ／冷凍いんげん／にんにく／りんごジュース	367
18 ／ 木	ご飯 煮魚 棒々鶏 すまし汁 キウイ 牛乳	米／三温糖／すりごま／ごま油	★魚／鶏ささ身／米みそ／木綿豆腐／★牛乳	しょうが／きゅうり／人参／玉ねぎ／ねぎ／★キウイフルーツ 	375
19 ／ 金	ご飯 塩唐揚げ 切り干し大根の和え物 味噌汁 バナナ 牛乳	米／三温糖／片栗粉／植物油	鶏肉もも／★ツナフレーク／油揚げ／合わせ味噌／★牛乳	しょうが／にんにく／切干しだいこん／きゅうり／人参／玉ねぎ／なす／ねぎ／バナナ	438
21 ／ 日	ご飯 魚の竜田揚げ 筑前煮 味噌汁 元気ヨーグルト	米／三温糖／片栗粉／植物油	★魚／鶏肉もも／合わせ味噌／★元気ヨーグルト	しょうが／人参／大根／ごぼう／いんげん／玉ねぎ／ねぎ	377
22 ／ 月	食パン りんごジャム 鶏のマーマレード焼き ツナサラダ 野菜スープ ヨーグルト、りんごジュース	★食パン／植物油／★マヨネーズ 	鶏肉もも／★ツナフレーク／★ヨーグルト	りんごジャム／マーマレードジャム／キャベツ／きゅうり／人参／コーン／玉ねぎ／りんごジュース	459
24 ／ 水	ハヤシライス じゃこサラダ フライドポテト バナナ 牛乳	米／★ハヤシルウ／植物油／三温糖／じゃがいも	牛肉スライス／乾燥わかめ／★しらす干し／★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／キャベツ／バナナ	468
25 ／ 木	ご飯 豆腐入り卵焼き 根菜のそぼろ煮 すまし汁 りんごムース 牛乳	米／植物油／三温糖	★卵／絹ごし豆腐／★スキムミルク／豚ひき肉／★牛乳 	しょうが／大根／人参／ごぼう／れんこん／玉ねぎ／ねぎ	410
26 ／ 金	ご飯 魚の西京焼き キャベツとささ身のサラダ のっぺい汁 りんごゼリー 牛乳	米／三温糖／植物油／ごま油／里芋	★魚／米みそ／鶏ささ身／鶏肉もも／ゼラチン／★牛乳	キャベツ／きゅうり／人参／ごぼう／大根／しいたけ／深ねぎ／りんごジュース	441
29 ／ 月	ご飯 麻婆茄子 大学芋 わかめスープ オレンジ 牛乳 	米／三温糖／植物油／片栗粉／さつまいも／ごま油	絹ごし豆腐／鶏ひき肉／赤みそ／乾燥わかめ／★牛乳	なす／玉ねぎ／人参／深ねぎ／しょうが／にんにく／干しいたけ／ねぎ／オレンジ	443
30 ／ 火	ご飯 豚肉の生姜焼き 胡瓜の胡麻和え 味噌汁 ぶどうゼリー 牛乳	米／植物油／すりごま／三温糖	豚肉スライス／油揚げ／合わせ味噌／★牛乳	しょうが／きゅうり／人参／えのき／玉ねぎ／ねぎ 	464

※★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。