

令和 7 年 9 月献立表

南部療育センター

日	エネルギー	主 食		副 食		デザート		おやつ
		メニュー	材料	メニュー	材料	メニュー	材料	
1 (月) 30 (火)	434	ごはん		麻婆豆腐 もやしナムル 中華スープ	★鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、人参、にんにく、生姜 にら、キャノーラ油、赤味噌、味噌、醤油、砂糖 酒、片栗粉、ごま油 ★もやし、人参、ほうれん草、醤油、すし酢 ごま油、ごま、砂糖 ★鶏肉、玉ねぎ、人参、青梗菜、ごま油、薄口醤油	バナナ		牛乳
2 (火) 19 (金)	462	ロール パン		鮭とじゃがいものグラタン プチトマト チキンスープ	★鮭、酒、塩、こしょう、じゃがいも、玉ねぎ 人参、バター、上新粉、牛乳、コンソメ、チーズ ★プチトマト ★鶏肉、白菜、玉ねぎ、人参、コンソメ	りんご ゼリー		牛乳
3 (水) 18 (木)	380	ごはん		鶏肉のさっぱり煮 ツナサラダ 味噌汁	★鶏肉、にんにく、生姜、酒、すし酢、醤油、砂糖 ★ツナ缶、キャベツ、じゃがいも、人参、すし酢 砂糖、キャノーラ油、塩、こしょう ★厚揚げ、茄子、玉ねぎ、葱、生姜、昆布、鰹節 味噌、キャノーラ油	ヨーグルト		リンゴ ジュース
4 (木) 22 (月)	492	ごはん		牛肉と大豆のメキシコ風 サツマイモサラダ コーンスープ	★牛もも肉、大豆、玉ねぎ、人参、ピーマン にんにく、キャノーラ油、赤ワイン、ケチャップ 塩、こしょう、カレー粉 ★チーズ、サツマイモ、胡瓜、人参、すし酢 マヨネーズ、塩、こしょう ★鶏肉、玉ねぎ、人参、クリームコーン、パセリ 薄口醤油、豆乳	パイン ゼリー		牛乳
5 (金) 16 (火)	455	ごはん		ハンバーグ フライドポテト チキントマトスープ	★牛ミンチ、鶏ミンチ、玉ねぎ、豆乳、塩、こしょう 酒、ケチャップ、ウスター、砂糖、片栗粉 ★じゃがいも、片栗粉、上新粉、塩、キャノーラ油 ★鶏肉、玉ねぎ、トマト、葱、あごだし、鶏がら	ももゼリー		牛乳
8 (月) 26 (金)	537	焼きそば	★茹で中華麺 豚肉、キャベツ、もやし 人参、酒 キャノーラ油、ウスター	唐揚げ すまし汁	★鶏肉、生姜、にんにく、酒、塩、こしょう 片栗粉、上新粉、キャノーラ油、 ★豆腐、人参、えのき茸、生椎茸、葱、鰹節 昆布、薄口醤油	プリン		リンゴ ジュース
9 (火) 24 (水)	528	ハヤシ ライス	★精白米、牛肉、酒 砂糖、玉ねぎ、人参 マッシュルーム コーン、グリーンピース トマト缶 デミグラスソース ハヤシレウ	サツマイモスティック コンソメスープ	★サツマイモ、キャノーラ油、 ★鶏肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、パセリ コンソメ	チョコ バナナ プリン	バナナ 豆乳 生クリーム ネスレミロ 粉ゼラチン 砂糖	リンゴ ジュース
10 (水) 29 (月)	489	食パン	★食パン ★(りんごジャム)	チキンケチャップ コールスローサラダ きのこ豆乳スープ	★鶏肉、酒、塩、こしょう、片栗粉、玉ねぎ ケチャップ、酒、醤油、砂糖、にんにく キャノーラ油 ★ロースハム、キャベツ、人参、コーン マヨネーズ、すし酢 ★鶏肉、しめじ、生椎茸、ほうれん草 豆乳、薄口醤油、昆布、鰹節	オレンジ		牛乳
11 (木) 393	393	ごはん		豚肉生姜焼き 春雨サラダ 味噌汁	★豚肉、玉ねぎ、生姜、酒、醤油、みりん、砂糖 キャノーラ油、片栗粉 ★ささみ、春雨、胡瓜、キャベツ、すし酢 薄口醤油、砂糖、キャノーラ油 ★鶏肉、サツマイモ、玉ねぎ、人参、昆布、鰹節 味噌	青りんご ゼリー		牛乳
12 (金) 25 (木)	429	ごはん	精白米	魚のみぞれ煮 ツナとピーマンの炒め物 わかめスープ	★魚、酒、片栗粉、上新粉、キャノーラ油、大根 葱、酒、みりん、砂糖 ★ツナ缶、ピーマン、キャベツ、醤油、みりん ごま油、ごま ★鶏肉、玉ねぎ、人参、わかめ、薄口醤油、昆布 鰹節	ぶどう ゼリー		牛乳
17 (水)	390	ごはん		煮魚 ひじきサラダ 味噌汁	★魚、生姜、醤油、砂糖、酒、みりん、片栗粉 ★ロースハム、ひじき、キャベツ、胡瓜、人参 醤油 すし酢、ごま、ごま油 ★豆腐、かぼちゃ、玉ねぎ、人参、葱、昆布 あごだし、味噌	レモン ゼリー	レモン ゼリー粉	牛乳

★都合により、献立や食材を変更する場合があります。