



令和8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	
2 月	ご飯 塩唐揚げ れんこんサラダ 味噌汁 バナナ 牛乳	米／三温糖／片栗粉 ／植物油／すりごま ／★マヨネーズ	鶏肉もも／★ロース ハム／米みそ／乾燥 わかめ／合わせ味噌 ／★牛乳	しょうが／にんにく／れ んこん／人参／きゅうり ／玉ねぎ／えのき／ねぎ ／バナナ	463
3 火	ご飯 和風ミートローフ 白菜の和え物 のっぺい汁 ぶどうムース 牛乳	米／植物油／★パン 粉／三温糖／里芋 	豚ひき肉／鶏ひき肉 ／木綿豆腐／米みそ ／油揚げ／★削り節 ／鶏肉もも／★牛乳	玉ねぎ／人参／白菜 ／きゅうり／ごぼう／大根 ／しいたけ／深ねぎ	487
4 水	人参パン ポークビーンズ ブロッコリーのグリル キャベツとチキンのスープ りんごゼリー 牛乳	★人参パン／植物油 ／三温糖	大豆クラッシュ／豚 ひき肉／ワインナー ／鶏肉もも／ゼラチ ン／★牛乳	玉ねぎ／人参／ブロッコ リー／キャベツ／パセリ ／りんごジュース	439
5 木	カレーライス コーンサラダ フライドポテト オレンジ 牛乳	米／じゃがいも／植 物油／★カレールウ ／三温糖	牛肉スライス／★粉 チーズ／★牛乳 	玉ねぎ／人参／グリン ピース／きゅうり／キャ ベツ／コーン／オレンジ	479
6 金	和風スパゲティ 南瓜のオーブン焼き オニオングループ ヨーグルト りんごジュース	★スパゲッティ／植 物油	豚肉スライス／ウィ ンナー／★とろける チーズ／鶏肉もも／ ★ヨーグルト	玉ねぎ／人参／しいたけ ／しめじ／小松菜／にん にく／かぼちゃ／ねぎ／ パセリ／りんごジュース	408
9 月	ご飯 魚の竜田揚げ ほうれん草の和え物 味噌汁 バナナ 牛乳	米／三温糖／片栗粉 ／植物油／すりごま 	★魚／★ロースハム ／木綿豆腐／合わせ 味噌／★牛乳	しょうが／ほうれん草 ／人参／もやし／玉ねぎ ／えのき／ねぎ／バナナ	442
10 火	食パン いちごジャム 照り焼きチキン スパゲティサラダ 大根スープ 元気ヨーグルト、りんごジュース	★食パン／植物油／ ★スパゲッティ／★ マヨネーズ	鶏肉もも／★ロース ハム／★元気ヨーグ ルト 	いちごジャム／しょうが ／きゅうり／人参／大根 ／玉ねぎ／水菜／りんご ジュース	412
12 木	ご飯 豚肉の生姜焼き キャベツの中華和え 味噌汁 いちごムース 牛乳	米／植物油／ごま油	豚肉スライス／★か にかまフレーク／合 わせ味噌／★いちご ムース／★牛乳	しょうが／キャベツ ／きゅうり／人参／えのき ／かぶ／ねぎ	492
13 金	ご飯 豆腐入り卵焼き れんこんのきんぴら すまし汁 オレンジ 牛乳	米／植物油／すりご ま 	★卵／絹ごし豆腐／ 豚肉スライス／★ス キムミルク／油揚げ ／★牛乳	れんこん／人参／干ひじ き／冷凍いんげん／しい たけ／玉ねぎ／水菜／オ レンジ	397

(★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 月	人参パン ポークビーンズ ブロッコリーのグリル キャベツとチキンのスープ りんごゼリー 牛乳	★人参パン／植物油 ／三温糖 	大豆クラッシュ／豚 ひき肉／ウィンナー ／鶏肉もも／ゼラチ ン／★牛乳	玉ねぎ／人参／ブロッコ リー／キャベツ／パセリ ／りんごジュース	439
17 火	ご飯 塩唐揚げ れんこんサラダ 味噌汁 バナナ 牛乳	米／三温糖／片栗粉 ／植物油／すりごま ／★マヨネーズ	鶏肉もも／★ロース ハム／米みそ／乾燥 わかめ／合わせ味噌 ／★牛乳	しょうが／にんにく／れ んこん／人参／きゅうり ／玉ねぎ／えのき／ねぎ ／バナナ	463
18 水	ご飯 和風ミートローフ 白菜の和え物 のっつい汁 ぶどうムース 牛乳	米／植物油／★パン 粉／三温糖／里芋 	豚ひき肉／鶏ひき肉 ／木綿豆腐／米みそ ／油揚げ／★削り節 ／鶏肉もも／★牛乳	玉ねぎ／人参／白菜 ／きゅうり／ごぼう／大根 ／しいたけ／深ねぎ	487
19 木	和風スパゲティ 南瓜のオーブン焼き オニオンスープ ヨーグルト りんごジュース	★スパゲッティ／植 物油	豚肉スライス／ウィ ンナー／★とろける チーズ／鶏肉もも／ ★ヨーグルト	玉ねぎ／人参／しいたけ ／しめじ／小松菜／にん にく／かぼちゃ／ねぎ／ パセリ／りんごジュース	408
20 金	カレーライス コーンサラダ フライドポテト オレンジ 牛乳	米／じゃがいも／植 物油／★カレールウ ／三温糖	牛肉スライス／★粉 チーズ／★牛乳 	玉ねぎ／人参／グリン ピース／きゅうり／キャ ベツ／コーン／オレンジ	479
24 火	ご飯 魚の竜田揚げ ほうれん草の和え物 味噌汁 バナナ 牛乳	米／三温糖／片栗粉 ／植物油／すりごま	★魚／★ロースハム ／木綿豆腐／合わせ 味噌／★牛乳	しょうが／ほうれん草 ／人参／もやし／玉ねぎ ／えのき／ねぎ／バナナ	442
25 水	ご飯 豆腐入り卵焼き れんこんのきんぴら すまし汁 オレンジ 牛乳	米／植物油／すりご ま 	★卵／絹ごし豆腐／ 豚肉スライス／★ス キムミルク／油揚げ ／★牛乳	れんこん／人参／干ひじ き／冷凍いんげん／しい たけ／玉ねぎ／水菜／オ レンジ	397
26 木	食パン いちごジャム 照り焼きチキン スパゲティサラダ 大根スープ 元気ヨーグルト、りんごジュース	★食パン／植物油／ ★スパゲッティ／★ マヨネーズ	鶏肉もも／★ロース ハム／★元気ヨーグ ルト	いちごジャム／しょうが ／きゅうり／人参／大根 ／玉ねぎ／水菜／りんご ジュース	412
27 金	ご飯 豚肉の生姜焼き キャベツの中華和え 味噌汁 いちごムース 牛乳	米／植物油／ごま油 	豚肉スライス／★か にかまフレーク／合 わせ味噌／★いちご ムース／★牛乳	しょうが／キャベツ ／きゅうり／人参／えのき ／かぶ／ねぎ	492

※★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。