



おにはそと!
ふくはうち

令和8年

2月 献立表



福岡市立西部療育センター

日(曜)	主食	副食	材 料 名			エネルギー (kcal)
			熱や力になる	血や肉や骨になる	体の調子を整える	
2(月) 18(水)	ごはん	豆腐ナゲット 胡瓜とわかめの酢の物 味噌汁、プリン	米、パン粉 植物油、三温糖 片栗粉、ごま油	木綿豆腐、鶏肉 鶏卵、しらす干し 油揚げ、味噌 ★プリン	人参、小ネギ、きゅうり 乾燥わかめ、レモン汁 白菜、玉ねぎ	441
3(火) 16(月)	豆の キーマ カレー	フレンチサラダ フライドポテト ヨーグルト	米、植物油 ★カレールー フレンチドレッシング フライドポテト	豚肉、蒸し大豆 ★ハム ★ヨーグルト	玉ねぎ、人参、ピーマン トマト缶、赤パプリカ りんご、キャベツ、きゅうり	546
4(水) 17(火)	パン	魚のトマトソース ポテトサラダ キャベツのスープ、ゼリー	★パン、★バター 小麦粉、じゃが芋 マヨネーズ、ゼリー	白身魚、★ハム ★ベーコン	トマト缶、にんにく、玉ねぎ マッシュ缶、パセリ きゅうり、人参、キャベツ	494
5(木) 20(金)	ごはん	チーズ入り肉野菜炒め かに玉風 中華スープ、飲むヨーグルト	米、じゃが芋、ごま油 ★焼肉のたれ 三温糖	豚肉、★チーズ 鶏卵、カニカマ ★飲むヨーグルト	玉ねぎ、キャベツ、人参 ピーマン、乾燥わかめ えのき茸、小ネギ	428
6(金) 19(木)	ごはん	油淋鶏(ユーリンチー) ごまドレサラダ むらくも汁、ヨーグルト	米、片栗粉、植物油 ごま油、はちみつ ★ごまドレッシング 春雨	鶏肉、カニカマ 鶏卵、★牛乳 ★ヨーグルト	にんにく、しょうが、長ネギ キャベツ、きゅうり、人参 ほうれん草、たけのこ水煮 椎茸	487
9(月) 24(火)	クリーム スパ	さつま芋のヨーグルト和え プロッコリー 野菜ジュース	スペゲティ麺 ★バター、さつま芋 ★シチュールー マヨネーズ	鶏肉、★ベーコン ★チーズ、★ヨーグルト ★牛乳	しめじ、えのき、玉ねぎ 人参、マッシュ缶、パセリ 南瓜、胡瓜、干しうどん プロッコリー、野菜ジュース	479
10(火) 25(水)	ごはん	親子煮 ほうれん草のツナ和え 味噌汁、ヨーク	米、三温糖、片栗粉 マヨネーズ、★ごま	鶏肉、高野豆腐 かまぼこ、鶏卵 ツナ缶、厚揚げ 味噌、★ヨーク	玉ねぎ、人参、干し椎茸 三つ葉、ほうれん草 しめじ、小ネギ	464
12(木) 27(金)	ごはん	魚の照り焼き キャベツのチャンプル 大根そぼろ汁、牛乳、みかん	米、三温糖 植物油、ごま油	白身魚、木綿豆腐 豚肉、鶏卵、鶏肉 ★牛乳	キャベツ、人参、小ネギ 大根、小松菜、みかん	537
13(金) 26(木)	ごはん	焼きメンチカツ 五目豆 味噌汁、給食ムース	米、植物油 パン粉、みりん 片栗粉	牛肉、豚肉、鶏卵 木綿豆腐、蒸し大豆 鶏肉、味噌 ★給食ムース	キャベツ、玉ねぎ、人参 ピーマン、ごぼう、椎茸 さやいんげん、南瓜 えのき茸、小ネギ	497

【ご案内】レシピをご希望の方は担任までお知らせください😊

※★印の食材はおひとりおひとりの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。

※はんぺん、ワインナー、ごまドレッシングは卵・乳・小麦不使用です。カニカマは卵不使用です。

※仕入れ等の都合により、献立内容を変更することがあります。デザート等は年齢によって異なることがあります。



2月といえば節分 🍫 献立にも大豆を使ったメニューを取り入れています😊



給食室での食中毒対策



食中毒といえば梅雨の時期から夏にかけてのイメージですが、寒い時期でも発生します。センターの給食室でも日々対策を行い、食中毒予防に努めています。

- ① 清潔な服装・マスクを着用し、爪ブラシを使用し丁寧に手を洗ってアルコール消毒します。
- ② 果物や調理済の食品の取り扱いには使い捨て手袋を使用します。
- ③ 食品は加熱後に中心温度計で計測します。
(85°C以上)
- ④ 包丁・まな板・器具等は用途別に分け使用します。
- ⑤ 保菌者にならないよう、生肉や二枚貝は食べないようにしています。



～新メニュー “むらくも汁”～

発祥は小豆島(香川県)と言われています。

汁に溶き卵を流し込んだ際、その様子が空に広がる薄い雲(群雲・むらくも)のように見えることから名付けられました。

「かきたま汁」との違いは、かきたま汁は卵が主役ですが、むらくも汁は卵以外にも、野菜などの具材がたっぷり入った「具だくさん」の汁物であることが特徴です。片栗粉でとろみをつけるので、寒い冬にぴったりです。

