

令和8年度 7月献立表

南部療育センター

日	Cal	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 (水) 21 (火)	434 (1日) 440 (21日)	カレーライス	精白米、牛もも肉、じゃがいも 玉ねぎ、人参、グリーンピース トマト缶、カレールウ、牛乳	春雨サラダ コーンスープ	★春雨、胡瓜、小松菜、人参、ごま油、砂糖、薄口醤油 すし酢 ★コーン、玉ねぎ、グリーンボール、パセリ、コンソメ、昆布 かつお節	すいか (1日) りんご ゼリー (21日)		牛乳
2 (木) 15 (水)	426	食パン (りんごジャム)		かぼちゃグラタン トマトサラダ チキンスープ	★牛ミンチ、高野豆腐、酒、南瓜、玉ねぎ、グリーンピース バター、米粉、牛乳、コンソメ、パルメザンチーズ、パン粉 ★ツナ缶、トマト、胡瓜、コーン、すし酢、鶏がらスープの素 醤油 ★鶏もも肉、玉ねぎ、人参、パセリ、薄口醤油、昆布、かつお節	ももゼリー		牛乳
3 (金) 13 (月)	399	ごはん		照り焼きチキン 茄子味噌炒め すまし汁	★鶏もも肉、酒、醤油、みりん、砂糖、片栗粉、キャノーラ油 ★豚肉、茄子、ピーマン、玉ねぎ、にんにく、味噌、醤油、砂糖 酒、みりん、ごま油、鶏がらスープの素 ★木綿豆腐、人参、えのき茸、小松菜、昆布、かつお節 薄口醤油	ヨーグルト		りんご ジュース
6 (月) 31 (金)	462	ごはん		ツナオムレツ ごぼうサラダ オニオンスープ	★ツナ缶、じゃがいも、玉ねぎ、ほうれん草、卵、牛乳 コンソメ、ケチャップ、砂糖、ウスターソース、片栗粉 ★ごぼう、切干大根、小松菜、かつお節、マヨドレ、醤油、砂糖 すりごま ★玉ねぎ、人参、パセリ、バター、コンソメ、昆布、かつお節	キャロット ゼリー	人参 りんごジュース 粉ゼラチン 生クリーム 砂糖	牛乳
7 (火)	487	ごはん		星のハンバーグ マセドアンサラダ きのこスープ	★ハンバーグ、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、片栗粉 ★ロースハム、胡瓜、じゃがいも、人参、コーン すし酢、マヨドレ、砂糖 ★鶏もも肉、人参、玉ねぎ、ぶなしめじ、小松菜、薄口醤油 昆布、かつお節	お星さま ゼリー		牛乳
8 (水) 24 (金)	396	ミートソース パスタ	スパゲティ麺、豚ミンチ、ベーコン、高野豆腐 玉ねぎ、人参、マッシュルーム、トマト缶 オリーブ油、にんにく、デミグラスソース ケチャップ、ウスターソース、砂糖、コンソメ パルメザンチーズ	茄子のおろし和え 冬瓜スープ	★茄子、大根、厚揚げ、青しそ、昆布、かつお節、薄口醤油 キャノーラ油 ★鶏もも肉、冬瓜、人参、小松菜、昆布、かつお節、薄口醤油	パイ ゼリー		牛乳
9 (木) 29 (水)	545	ごはん		魚の青のりチーズピカタ ピーマンのツナ炒め 味噌汁	★鮭、酒、塩、こしょう、米粉、卵、パルメザンチーズ、青のり キャノーラ油 ★ツナ缶、グリーンボール、ピーマン、人参、鶏がらスープの素 醤油、ごま油 ★厚揚げ、茄子、玉ねぎ、小松菜、味噌、昆布、かつお節	小豆ミルク ゼリー	小豆缶 調整豆乳 粉ゼラチン 生クリーム 砂糖	りんご ジュース
10 (金) 27 (月)	508	ロールパン		ハンバーグ フライドポテト ミネストローネ	★豚ミンチ、牛ミンチ、玉ねぎ、パン粉、牛乳、卵、塩 こしょう、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、片栗粉 ★じゃがいも、キャノーラ油、米粉、片栗粉、塩 ★鶏もも肉、玉ねぎ、人参、グリーンボール、トマト缶 パセリ、コンソメ、昆布、かつお節	青りんご ゼリー		牛乳
14 (火) 22 (水)	503	ごはん		鶏の唐揚げ にんじんナムル チンゲン菜のスープ	★鶏もも肉、塩、こしょう、酒、にんにく、生姜、米粉、片栗粉 キャノーラ油 ★小松菜、人参、もやし、胡瓜、すりごま、醤油、砂糖、すし酢 ごま油 ★ロースハム、チンゲン菜、玉ねぎ、人参、鶏がらスープの素 薄口醤油、昆布、かつお節	バナナ		牛乳
16 (木) 28 (火)	384	ごはん		牛肉とポテトのソテー ささみの和え物 味噌汁	★牛もも肉、醤油、みりん、酒、じゃがいも、さやいんげん、塩 キャノーラ油 ★ささみ、胡瓜、人参、ひじき、かつお節、すし酢、砂糖 薄口醤油 ★南瓜、グリーンボール、玉ねぎ、味噌、昆布、かつお節	りんご ゼリー		牛乳
17 (金) 30 (金)	523	ごはん		ささみフライ フレンチサラダ 豆乳スープ	★ささみ、酒、塩、こしょう、薄力粉、パン粉、キャノーラ油 ケチャップ、ウスターソース、砂糖、片栗粉 ★じゃがいも、人参、胡瓜、グリーンボール、すし酢、砂糖 キャノーラ油 ★鶏もも肉、玉ねぎ、人参、ほうれん草、調整豆乳、昆布 かつお節、薄口醤油	ぶどう ゼリー		牛乳
23 (木)	474	ごはん		魚のカレー焼き マセドアンサラダ きのこスープ	★鮭、酒、みりん、醤油、砂糖、生姜、カレー粉 ★ロースハム、胡瓜、じゃがいも、人参、コーン、すし酢 マヨドレ、砂糖 ★鶏もも肉、人参、玉ねぎ、ぶなしめじ、小松菜、昆布 かつお節、薄口醤油	バナナ		牛乳

★献立材料の都合により変更する場合がございます。