

2025年9月 営食予定献立表						(盲学校・熊本聾学校)
日付	曜	朝 食	エネルギー	夕 食	エネルギー	備 告
1日	月	麦ごはん かぼちののみそ汁 いわしのトマト煮 小松菜の煮びたし	534 kcal	ごはん ミネストローネ 魚とボテトのチーズ焼き ひよこ豆のカラフルサラダ ケーキ	710 kcal	誕生会
2日	火	麦ごはん さといののみそ汁 いかネギ焼き 野菜ソテー ヨーグルト	531 kcal	夏休みが終わり、2学期が始まりました。まだ暑いので、朝から食欲がでない人もいるかも知れませんが、朝食は1日にかかすことのできない大切な食事です。	702 kcal	
3日	水	麦ごはん きゃべつのみそ汁 レンコン入り平つくね けのこソテー	492 kcal	☆カレーライス スコッチャイグ 人参とささみのハニーサラダ	750 kcal	
4日	木	麦ごはん ワンタンスープ 魚のマヨネーズ焼き コーンバター炒め	456 kcal	ごはん 豚汁 さばの竜田揚げ コマネーズ和え	775 kcal	
5日	金	麦ごはん じゃがいののみそ汁 厚焼き卵焼き ちくわと野菜の煮物	514 kcal			
8日	月	麦ごはん 肉団子ときのこのスープ さばごま味噌煮 小松菜のソテー	557 kcal	ごはん 肉じゃが 魚の天玉揚げ 豆腐サラダ	684 kcal	
9日	火	麦ごはん 南関あげのみそ汁 トマトオムレツ 鶏肉とブロッコリー炒め	513 kcal	ゆかりご飯 親子煮 お好み焼き 切り干し大根の酢の物	707 kcal	
10日	水	麦ごはん 厚揚げのみそ汁 チキンナゲット カレーソテー	510 kcal	麦ごはん ごま豆乳スープ からあげ 小松菜のおかか和え みたらし団子	700 kcal	
11日	木	麦ごはん 平麺スープ ハムステーキ マヨマスタード炒め	520 kcal	ごはん 大豆の磯煮 魚の塩麹焼き 野菜の昆布和え	652 kcal	
12日	金	麦ごはん えのきのみそ汁 千草焼き 豆苗のたくあん炒め ショア（マスカット）	512 kcal	ふるさと くまさんデー in宇城		
16日	火	ごはん ほうれん草のみそ汁 いわしおかか煮 レンコンの昆布煮	519 kcal	「びりんめし」 は、宇城市三角町戸馳地区の郷土料理で、肉の代わりに豆腐を使った混ぜご飯です。絞り豆腐を油で炒めているときの音が「びりん、びりん」と聞こえることからついた名前だそうです。	705 kcal	
17日	水	パン（メロン、バター、コーン） ミルククリーム コンソメスープ ほうれんそうオムレツ ベーコンと野菜のソテー	608 kcal	ごはん やさいスープ バーベキューポーク たまごサラダ	700 kcal	
18日	木	麦ごはん 油揚げのみそ汁 チーズインハンバーグ キャベツとツナの炒め物	568 kcal	びりん飯 人参団子汁 鶏肉のさっぱり煮 切り干し大根とひじきの和え物	706 kcal	ふるさと くまさん デー in宇城
19日	金	麦ごはん 大根のみそ汁 照り焼きチキン 菜焼	518 kcal	また、人参団子汁の「白玉粉」は宇城市小川町の特産品の一つです。小川町は近くに米どころ八代平野を控え、地下水が豊富に湧出し、白玉粉の製造に最適な条件がそろっていましたため、白玉粉づくりが急速に普及しました。		
22日	火	麦ごはん 油揚げのみそ汁 いわしおかか煮 ほうれん草炒め	496 kcal	麦ごはん ブイヤベース チキンカツ 大豆とツナのサラダ	753 kcal	
24日	水	麦ごはん わかめのみそ汁 根菜肉詰め信田煮 筑前煮	519 kcal	麦ごはん かぼちゃと厚揚げの煮物 松風焼き きゅうりとわかめの酢の物	762 kcal	
25日	木	麦ごはん 根菜のみそ汁 いわじとお肉のハンバーグ 煮なます ヨーグルト	469 kcal	豚たま丼 'セレクトメニュー' ○魚の天ぷら ○とり肉の天ぷら 春雨の酢の物 冷やしそんざい	→ 741kcal → 767kcal	セレクト
26日	金	麦ごはん ピーフンスープ いわしの生姜煮 ピーマンのみそ炒め	555 kcal			
29日	月	麦ごはん 小松菜のみそ汁 和風きんぴら包み焼き アスパラソテー	533 kcal	麦ごはん 鶏ひき肉のシンジャースープ 白身魚ラビゴットソース かぼちゃサラダ	701 kcal	
30日	火	麦ごはん なすのみそ汁 ベーコンエッグ じゃがいものきんぴら	525 kcal	麦ごはん 中華五目スープ かにたま 蒸しささみのマヨネーズ和え 手作りドーナツ	748 kcal	

営食回数：盲学校・聾学校・・・朝20回、夕16回
※献立は変更される場合があります。

リクエスト営食

★盲学校
☆熊本聾学校