



2024年5月ランチメニュー

中期食

社会福祉法人晋栄福祉会
幼保連携型認定こども園
城東ちどり保育園

日	曜	献立名		使っている主な食材		
		昼食	おやつ	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品
1	水	七分粥 白身魚のやわらか煮 青菜のやわらか煮 大根のスープ	バナナ	たら	人参 青菜,小松菜 大根	米
2	木	七分粥 豆腐のやわらか煮 人参のやわらか煮 玉葱のスープ	豆乳粥	豆腐	ほうれん草 人参 たまねぎ	米
7	火	七分粥 ホキのやわらか煮 切干大根のやわらか煮 麩と玉葱のスープ	オレンジ	ホキ	いんげん 切干大根,人参 たまねぎ	米 麩
8	水	七分粥 豆腐のやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 玉葱のスープ	かぼちゃ寒天	豆腐	はくさい,人参 ブロッコリー,人参 たまねぎ	米
9	木	七分粥 ホキのやわらか煮 さつまいものやわらか煮 小松菜のスープ	人参雑炊	ホキ	キャベツ,たまねぎ,人参 小松菜	米 さつまいも
10	金	七分粥 豆腐のやわらか煮 キャベツのやわらか煮 人参のスープ	南瓜茶巾	豆腐	小松菜,人参 キャベツ,きゅうり 人参	米
11	土	七分粥 豆腐のやわらか煮 ほうれん草のやわらか煮 玉葱のスープ	人参粥	豆腐	ほうれん草,人参 たまねぎ	米
13	月	七分粥 タラのやわらか煮 胡瓜と春雨のやわらか煮 人参のスープ	豆乳寒天	たら	ブロッコリー きゅうり 人参	米 春雨
14	火	七分粥 豆腐のやわらか煮 大豆のやわらか煮 大根のスープ	じゃが芋茶巾	豆腐 大豆	キャベツ 人参,いんげん 大根	米
15	水	七分粥 豆腐のやわらか煮 ほうれん草のやわらか煮 小松菜のスープ	雑炊	豆腐	人参 ほうれん草 小松菜	米
16	木	七分粥 ささみのやわらか煮 切干大根のやわらか煮 玉葱のスープ	豆乳粥	ささみ	いんげん 切干大根,人参 たまねぎ	米 じゃがいも
17	金	七分粥 豆腐のやわらか煮 人参煮 ほうれん草のスープ	さつまいも茶巾	豆腐	キャベツ,人参 人参 ほうれん草	米
18	土	七分粥 豆腐のやわらか煮 青菜のやわらか煮 春雨のスープ	人参粥	豆腐	たまねぎ 青菜,はくさい	米 春雨

日	曜	献立名		使っている主な食材		
		昼食	おやつ	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品
20	月	七分粥 豆腐のやわらか煮 花野菜のやわらか煮 青菜のスープ	豆乳きな粉餅	豆腐	キャベツ ブロッコリー,カリフラワー,人参 青菜	米
21	火	七分粥 ささみのやわらか煮 花野菜のやわらか煮 じゃが芋と小松菜のスープ	バナナ	ささみ	いんげん ブロッコリー,カリフラワー 小松菜	米 じゃがいも
22	水	七分粥 豆腐のやわらか煮 キャベツのやわらか煮 白菜とさつまいもとスープ	ブロッコリー粥	豆腐	人参 キャベツ,人参 はくさい	米 さつまいも
23	木	七分粥 たらのやわらか煮 切干大根のやわらか煮 ほうれん草のスープ	麩のあべかわ	たら	切干大根,きゅうり,人参 ほうれん草	米
24	金	七分粥 豆腐のやわらか煮 人参のやわらか煮 白菜のスープ	オレンジ寒天	豆腐	たまねぎ 人参 はくさい	米
25	土	七分粥 豆腐のやわらか煮 人参のやわらか煮 小松菜のスープ	人参粥	豆腐	人参,青菜 小松菜	米 じゃがいも
27	月	七分粥 ホキのやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 ほうれん草のスープ	豆乳寒天	ホキ	ブロッコリー,人参 ほうれん草	米
28	火	雑炊 南瓜のやわらか煮 小松菜のスープ	人参粥	ささみ	たまねぎ 南瓜 小松菜	米
29	水	七分粥 ホキのやわらか煮 小松菜のやわらか煮 人参のスープ	にゅうめん	ホキ	大根,いんげん 小松菜,人参 人参	米
30	木	七分粥 カレイのやわらか煮 スパゲティのやわらか煮 キャベツと玉葱のスープ	じゃが芋茶巾	かれい	ブロッコリー きゅうり,人参 キャベツ,たまねぎ	米 スパゲティ
31	金	七分粥 ホキのやわらか煮 胡瓜のやわらか煮 じゃが芋のスープ	きな粉粥	ホキ	たまねぎ きゅうり,人参	米 じゃがいも

- ★食材仕入れの都合で、献立を多少変更することがあります。変更する場合はボード等でお知らせいたします。
- ★赤はからだをつくる食品・緑はからだの調子をととのえる食品・黄はからだを動かすエネルギーのもとになる食品です。
- ★朝おやつにお菓子とお茶を提供します。

	月	火	水	木	金	土
朝おやつ	ハイハイ	アンパンマンせんべい	ハイハイ	アンパンマンせんべい	ハイハイ	アンパンマンせんべい