



2024年5月ランチメニュー

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

初期食

日	曜	献立名 昼食	使っている主な食材		
			赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品
1	水	つぶし粥 白身魚のやわらか煮 青菜のやわらか煮 大根のスープ	たら	青菜 大根	米
2	木	つぶし粥 豆腐のとろとろ煮 ほうれん草のつぶし煮 玉葱のスープ	豆腐	ほうれん草 たまねぎ	米
7	火	つぶし粥 ホキのやわらか煮 人参のくたくた煮 玉葱のスープ	ホキ	人参 たまねぎ	米
8	水	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 白菜のくたくた煮 玉葱のスープ	豆腐	はくさい たまねぎ	米
9	木	つぶし粥 ホキのやわらか煮 さつまいものつぶし煮 小松菜のスープ	ホキ	小松菜	米 さつまいも
10	金	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 胡瓜のやわらか煮 人参のスープ	豆腐	きゅうり 人参	米
11	土	つぶし粥 豆腐のとろとろ煮 ほうれん草のくたくた煮 玉葱のスープ	豆腐	ほうれん草 たまねぎ	米
13	月	つぶし粥 タラのやわらか煮 胡瓜のくたくた煮 人参のスープ	たら	きゅうり 人参	米
14	火	つぶし粥 豆腐のとろとろ煮 キャベツのくたくた煮 大根のスープ	豆腐	キャベツ 大根	米
15	水	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 ほうれん草のくたくた煮 小松菜のスープ	豆腐	ほうれん草 小松菜	米
16	木	つぶし粥 白身魚のやわらか煮 じゃが芋のつぶし煮 玉葱のスープ	ホキ	たまねぎ	米 じゃがいも
17	金	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 人参のつぶし煮 ほうれん草のスープ	豆腐	人参 ほうれん草	米
18	土	つぶし粥 豆腐のとろとろ煮 青菜のくたくた煮 白菜のスープ	豆腐	青菜 はくさい	米

日	曜	献立名 昼食	使っている主な食材		
			赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品
20	月	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 人参のつぶし煮 青菜のスープ	豆腐	人参 青菜	米
21	火	つぶし粥 たらのやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 小松菜のスープ	たら	ブロッコリー 小松菜	米
22	水	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 さつまいものつぶし煮 白菜のスープ	豆腐	はくさい	米 さつまいも
23	木	つぶし粥 たらのやわらか煮 人参のつぶし煮 ほうれん草のスープ	たら	人参 ほうれん草	米
24	金	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 玉葱のつぶし煮 白菜のスープ	豆腐	たまねぎ はくさい	米
25	土	つぶし粥 豆腐のとろとろ煮 人参のつぶし煮 小松菜のスープ	豆腐	人参 小松菜	米
27	月	つぶし粥 ホキのやわらか煮 人参のやわらか煮 ほうれん草のスープ	ホキ	人参 ほうれん草	米
28	火	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 南瓜のつぶし煮 小松菜のスープ	豆腐	南瓜 小松菜	米
29	水	つぶし粥 ホキのやわらか煮 大根のつぶし煮 人参のスープ	ホキ	大根 人参	米
30	木	つぶし粥 カレイのやわらか煮 キャベツのくたくた煮 玉葱のスープ	かれい	キャベツ たまねぎ	米
31	金	つぶし粥 ホキのやわらか煮 人参のつぶし煮 じゃが芋のスープ	ホキ	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。