

2025年5月ランチメニュー

社会福祉法人晋栄福祉会
認定こども園
城東ちどり保育園

後期食

日	曜	献立名	使っている主な食材		
		昼食	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品
1	木	全粥 タラの煮付け 白菜の煮浸し さつま芋の味噌汁	たら 味噌	人参 はくさい,ほうれん草	米 さつま芋
2	金	全粥 鶏肉煮 キャベツ煮 じゃが芋のスープ	鶏肉	ブロッコリー キャベツ,人参	米 じゃがいも
7	水	全粥 豚肉煮 アスパラ煮 玉ねぎのスープ	豚肉	ブロッコリー グリーンアスパラ,人参 たまねぎ	米
8	木	全粥 カレイの煮付け 高野豆腐煮 小松菜の味噌汁	かれい 高野豆腐 味噌	たまねぎ 人参 小松菜	米
9	金	全粥 鶏肉煮 花野菜の煮浸し ほうれん草のスープ	鶏肉	人参 ブロッコリー カリフラワー ほうれん草	米
10	土	全粥 そぼろ煮 小松菜の煮浸し 玉ねぎのすまし汁	豚ミンチ	たまねぎ,人参 小松菜 たまねぎ	米
12	月	全粥 タラの煮付け ひじき煮 南瓜の味噌汁	たら ひじき 味噌	ブロッコリー 人参,いんげん 南瓜	米
13	火	全粥 鶏肉煮 ほうれん草の煮浸し じゃが芋の味噌汁	鶏肉 味噌	人参 ほうれん草,人参	米 じゃがいも
14	水	全粥 豚肉煮 白菜の煮浸し 小松菜のすまし汁	豚肉	たまねぎ はくさい,人参 小松菜	米
15	木	全粥 タラの煮付け じゃが芋煮 キャベツのスープ	たら	人参 キャベツ	米 じゃがいも
16	金	全粥 肉野菜煮 ほうれん草煮 大根の味噌汁	豚肉 味噌	キャベツ,人参,ピーマン ほうれん草 大根	米
17	土	全粥 鶏肉煮 白菜の煮物 小松菜のすまし汁	鶏肉	たまねぎ はくさい,人参 小松菜	米

日	曜	献立名	使っている主な食材		
		昼食	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品
19	月	全粥 タラの煮付け じゃが芋煮 麩とほうれん草の味噌汁	たら 味噌	人参 ほうれん草	米 じゃがいも 麩
20	火	全粥 鶏肉煮 ブロッコリー煮 わかめと人参の味噌汁	鶏肉 わかめ,味噌	ブロッコリー 人参	米 じゃがいも
21	水	全粥 豚肉の煮物 ほうれん草煮 大根としめじのすまし汁	豚肉	キャベツ ほうれん草,人参 大根,しめじ	米
22	木	全粥 鶏肉煮 ブロッコリー煮 白菜のスープ	鶏肉	たまねぎ ブロッコリー,人参 はくさい	米
23	金	全粥 豚肉煮 南瓜煮 キャベツのスープ	豚肉	たまねぎ,ピーマン 南瓜 キャベツ	米
24	土	全粥 豆腐のそぼろ煮 白菜煮 さつま芋のスープ	豆腐,豚ミンチ	たまねぎ,人参 はくさい	米 さつま芋
26	月	全粥 ホキの煮付け ブロッコリー煮 玉ねぎの味噌汁	ホキ 味噌	小松菜 ブロッコリー,人参 たまねぎ	米
27	火	全粥 鶏肉煮 小松菜の煮浸し 大根のすまし汁	鶏肉	人参 小松菜 大根	米
28	水	全粥 ささみの煮付け 南瓜煮 キャベツのスープ	ささみ	人参 南瓜 キャベツ	米
29	木	全粥 タラの煮付け 白菜の煮浸し 玉ねぎの味噌汁	たら 味噌	小松菜 はくさい,人参 たまねぎ	米
30	金	全粥 豚肉と野菜煮 ブロッコリー煮 人参のスープ	豚肉	はくさい,ピーマン ブロッコリー 人参	米
31	土	全粥 豚肉の煮物 ほうれん草煮 さつま芋の味噌汁	豚肉 味噌	たまねぎ ほうれん草,人参	米 さつま芋

★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。