



2024年7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	月	つぶし粥 ホキのとろとろ煮 ほうれん草のやわらか煮 大根のスープ	ホキ	ほうれん草 大根	米
2	火	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 ブロッコリーのくたくた煮 人参のスープ	豆腐	ブロッコリー 人参	米
3	水	つぶし粥 カレイのとろとろ煮 玉ねぎのつぶし煮 ほうれん草のスープ	かれい	たまねぎ ほうれん草	米
4	木	つぶし粥 豆腐のつぶし煮 白菜のくたくた煮 小松菜のスープ	豆腐	はくさい 小松菜	米
5	金	つぶし粥 タラのやわらか煮 大根のつぶし煮 人参のスープ	たら	大根 人参	米
6	土	つぶし粥 豆腐のとろとろ煮 キャベツのやわらか煮 南瓜のスープ	豆腐	キャベツ 南瓜	米
8	月	つぶし粥 ホキのやわらか煮 人参のとろとろ煮 玉ねぎのスープ	ホキ	人参 たまねぎ	米
9	火	つぶし粥 豆腐のつぶし煮 ブロッコリーのやわらか煮 キャベツのスープ	豆腐	ブロッコリー キャベツ	米
10	水	つぶし粥 タラのやわらか煮 じゃが芋のつぶし煮 小松菜のスープ	たら	小松菜	米 じゃがいも
11	木	つぶし粥 豆腐のとろとろ煮 キャベツのくたくた煮 ほうれん草のスープ	豆腐	キャベツ ほうれん草	米
12	金	つぶし粥 カレイのつぶし煮 トマトのやわらか煮 白菜のスープ	かれい	トマト はくさい	米
13	土	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 胡瓜のとろとろ煮 玉ねぎのスープ	豆腐	きゅうり たまねぎ	米
16	火	つぶし粥 タラのとろとろ煮 ほうれん草のくたくた煮 玉ねぎのスープ	たら	ほうれん草 たまねぎ	米
17	水	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 人参のつぶし煮 じゃが芋のスープ	豆腐	人参	米 じゃがいも

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
18	木	つぶし粥 カレイのとろとろ煮 ブロッコリーのつぶし煮 人参のスープ	かれい	ブロッコリー 人参	米
19	金	つぶし粥 ホキのやわらか煮 ブロッコリーのとろとろ煮 大根のスープ	ホキ	ブロッコリー 大根	米
20	土	つぶし粥 豆腐のとろとろ煮 白菜のやわらか煮 小松菜のスープ	豆腐	はくさい 小松菜	米
22	月	つぶし粥 カレイのやわらか煮 ほうれん草のくたくた煮 人参のスープ	かれい	ほうれん草 人参	米
23	火	つぶし粥 豆腐のつぶし煮 じゃが芋のやわらか煮 キャベツのスープ	豆腐	キャベツ	米 じゃがいも
24	水	つぶし粥 ホキのとろとろ煮 ブロッコリーのやわらか煮 小松菜のスープ	ホキ	ブロッコリー 小松菜	米
25	木	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 じゃが芋のつぶし煮 人参のスープ	豆腐	人参	米 じゃがいも
26	金	つぶし粥 タラのとろとろ煮 人参のやわらか煮 大根のスープ	たら	人参 大根	米
27	土	つぶし粥 豆腐のとろとろ煮 玉ねぎのくたくた煮 さつま芋のスープ	豆腐	たまねぎ	米 さつま芋
29	月	つぶし粥 カレイのとろとろ煮 ブロッコリーのやわらか煮 人参のスープ	かれい	ブロッコリー 人参	米
30	火	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 玉ねぎのつぶし煮 小松菜のスープ	豆腐	たまねぎ 小松菜	米
31	水	つぶし粥 ホキのとろとろ煮 キャベツのくたくた煮 ほうれん草のスープ	ホキ	キャベツ ほうれん草	米

★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。