

2024年12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		
		風食	おやつ	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品
2	月	七分粥 タラのやわらか煮 切干大根のやわらか煮 人参のスープ	にゅうめん	たら	ブロッコリー 切干大根 人参 人参	米
3	火	七分粥 豆腐のやわらか煮 胡瓜のやわらか煮 南瓜のスープ	じゃが芋茶巾	豆腐	グリーンアスパラ きゅうり 人参 南瓜	米
4	水	七分粥 ホキのやわらか煮 キャベツのやわらか煮 ほうれん草のスープ	きな粉粥	ホキ	たまねぎ,人参 キャベツ ほうれん草	米
5	木	七分粥 豆腐のやわらか煮 胡瓜のやわらか煮 キャベツのスープ	人参粥	豆腐	じゃがいも,人参 きゅうり 人参 キャベツ	米
6	金	七分粥 高野豆腐のやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 玉ねぎのスープ	麩のあべかわ	高野豆腐	人参 ブロッコリー 人参 たまねぎ	米
7	土	七分粥 豆腐のやわらか煮 白菜のやわらか煮 人参のスープ	コーン粥	豆腐	たまねぎ はくさい 小松菜 人参	米
9	月	七分粥 タラのやわらか煮 大根のやわらか煮 玉ねぎのスープ	じゃが芋茶巾	たら	南瓜 大根 人参 たまねぎ	米
10	火	七分粥 豆腐のやわらか煮 小松菜のやわらか煮 さつま芋のスープ	りんごのコンポート	豆腐	はくさい 小松菜 人参	米 さつま芋
11	水	七分粥 カレイのやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 小松菜のスープ	人参粥	かれい	はくさい ブロッコリー 人参 小松菜	米
12	木	七分粥 ホキのやわらか煮 ほうれん草のやわらか煮 大根のスープ	バナナ	ホキ	いんげん ほうれん草 人参 大根	米
13	金	七分粥 豆腐のやわらか煮 切干大根のやわらか煮 じゃが芋のスープ	にゅうめん	豆腐	大根,人参 切干大根 きゅうり	米 じゃがいも
14	土	七分粥 豆腐のやわらか煮 胡瓜のやわらか煮 小松菜のスープ	南瓜粥	豆腐	たまねぎ きゅうり 人参 小松菜	米

日	曜	献立名		使っている主な食材		
		風食	おやつ	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品
16	月	七分粥 タラのやわらか煮 玉ねぎのやわらか煮 ほうれん草のスープ	きな粉マカロニ	たら	キャベツ 人参 たまねぎ ほうれん草	米
17	火	七分粥 カレイのやわらか煮 いんげんのやわらか煮 麩のスープ	さつま芋茶巾	かれい	はくさい,たまねぎ いんげん 人参	米 麩
18	水	七分粥 豆腐のやわらか煮 ほうれん草のやわらか煮 大根のスープ	みかん	豆腐	キャベツ,人参 ほうれん草 大根	米
19	木	七分粥 タラのやわらか煮 南瓜のやわらか煮 キャベツのスープ	コーン粥	たら	小松菜 南瓜 キャベツ	米
20	金	七分粥 豆腐のやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 ほうれん草のスープ	りんごのコンポート	豆腐	たまねぎ ブロッコリー 人参 ほうれん草	米
21	土	七分粥 豆腐のやわらか煮 南瓜のやわらか煮 白菜のスープ	ブロッコリー粥	豆腐	たまねぎ 南瓜 はくさい	米
23	月	七分粥 タラのやわらか煮 切干大根のやわらか煮 キャベツのスープ	南瓜茶巾	たら	ほうれん草 切干大根 人参 キャベツ	米
24	火	七分粥 豆腐のやわらか煮 胡瓜のやわらか煮 じゃが芋と人参のスープ	オレンジ寒天	豆腐	たまねぎ きゅうり 人参 じゃがいも,人参	米
25	水	七分粥 豆腐のやわらか煮 小松菜のやわらか煮 白菜のスープ	人参粥	豆腐	大根 小松菜 人参 はくさい	米
26	木	七分粥 カレイのやわらか煮 キャベツのやわらか煮 麩とほうれん草のスープ	にゅうめん	かれい	たまねぎ キャベツ 人参 ほうれん草	米 麩
27	金	七分粥 豆腐のやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 大根のスープ	南瓜粥	豆腐	ほうれん草 ブロッコリー 人参 大根	米
28	土	家庭協力日				

★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。

朝おやつ	月	火	水	木	金	土
	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