

2025年2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

中期食

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	土	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	南瓜粥	豆腐	人参 小松菜 人参 はくさい	米
3	月	七分粥 タラのやわらか煮 胡瓜のやわらか煮 白菜のスープ	さつま芋茶巾	たら	人参 きゅうり 人参 はくさい	米
4	火	七分粥 豆腐のやわらか煮 ほうれん草のやわらか煮 キャベツのスープ	にゅうめん	豆腐	人参 ほうれん草 人参 キャベツ	米
5	水	七分粥 カレイのやわらか煮 花野菜のやわらか煮 玉ねぎのスープ	南瓜茶巾	かれい	キャベツ ブロッコリー カリフラワー、人参 たまねぎ	米
6	木	七分粥 豆腐のやわらか煮 じゃが芋のやわらか煮 小松菜のスープ	きな粉粥	豆腐	大根 人参 小松菜	米 じゃがいも
7	金	七分粥 ホキのやわらか煮 高野豆腐のやわらか煮 大根と人参のスープ	りんごのコンポート	ホキ 高野豆腐	南瓜 人参、いんげん 大根 人参	米
8	土	七分粥 カレイのやわらか煮 キャベツのやわらか煮 小松菜のスープ	ブロッコリー粥	かれい	たまねぎ キャベツ 人参 小松菜	米 さつま芋
10	月	七分粥 豆腐のやわらか煮 胡瓜のやわらか煮 玉ねぎのスープ	人参粥	豆腐	じゃがいも、人参 きゅうり 人参 たまねぎ	米
12	水	七分粥 タラのやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 じゃが芋と人参のスープ	麩のあべかわ	たら	たまねぎ ブロッコリー 人参 じゃがいも、人参	米
13	木	七分粥 ホキのやわらか煮 しろ菜のやわらか煮 さつま芋のスープ	じゃが芋茶巾	ホキ	たまねぎ 青菜（しろ菜） はくさい	米 さつま芋
14	金	七分粥 豆腐のやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 小松菜のスープ	にゅうめん	豆腐	はくさい、人参 ブロッコリー 人参 小松菜	米

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
15	土	七分粥 豆腐のやわらか煮 キャベツのやわらか煮 ほうれん草のスープ	コーン粥	豆腐	たまねぎ キャベツ 人参 ほうれん草	米
17	月	七分粥 タラのやわらか煮 大根のやわらか煮 小松菜と麩のスープ	南瓜茶巾	たら	ブロッコリー 大根 人参 小松菜	米 麩
18	火	七分粥 豆腐のやわらか煮 じゃが芋のやわらか煮 ほうれん草のスープ	ブロッコリー粥	豆腐	たまねぎ、人参 ほうれん草	米 じゃがいも
19	水	七分粥 カレイのやわらか煮 南瓜のやわらか煮 玉ねぎのスープ	バナナ	かれい	たまねぎ、小松菜 南瓜 たまねぎ	米
20	木	七分粥 豆腐のやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 人参のスープ	さつま芋茶巾	豆腐	キャベツ、人参 ブロッコリー カリフラワー 人参	米
21	金	七分粥 ホキのやわらか煮 切干大根のやわらか煮 玉ねぎのスープ	いよかん	ホキ	ほうれん草 切干大根 人参、いんげん たまねぎ	米
22	土	七分粥 豆腐のやわらか煮 小松菜のやわらか煮 人参のスープ	人参粥	豆腐	たまねぎ 小松菜 キャベツ 人参	米
25	火	七分粥 タラのやわらか煮 人参のやわらか煮 小松菜のスープ	南瓜茶巾	たら	ブロッコリー 人参 いんげん 小松菜	米
26	水	七分粥 ホキのやわらか煮 ほうれん草のやわらか煮 玉ねぎのスープ	オレンジ寒天	ホキ	キャベツ、人参 ほうれん草 人参 たまねぎ	米
27	木	七分粥 豆腐のやわらか煮 白菜のやわらか煮 キャベツとかぶのスープ	コーン粥	豆腐	人参 はくさい 小松菜 キャベツ かぶ	米
28	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	にゅうめん	豆腐	小松菜 ブロッコリー 人参 大根	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。
 ★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