

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

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	土	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 人参のつぶし煮 白菜のスープ	豆腐	人参 はくさい	米
3	月	つぶし粥 タラのとろとろ煮 人参のつぶし煮 白菜のスープ	たら	人参 はくさい	米
4	火	つぶし粥 豆腐のつぶし煮 ほうれん草のくたくた煮 キャベツのスープ	豆腐	ほうれん草 キャベツ	米
5	水	つぶし粥 カレイのやわらか煮 ブロッコリーのとろとろ煮 玉ねぎのスープ	かれい	ブロッコリー たまねぎ	米
6	木	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 じゃが芋のつぶし煮 小松菜のスープ	豆腐	小松菜	米 じゃがいも
7	金	つぶし粥 ホキのくたくた煮 南瓜のつぶし煮 大根のスープ	ホキ	南瓜 大根	米
8	土	つぶし粥 カレイのやわらか煮 キャベツのくたくた煮 小松菜のスープ	かれい	キャベツ 小松菜	米
10	月	つぶし粥 豆腐のとろとろ煮 胡瓜のやわらか煮 玉ねぎのスープ	豆腐	きゅうり たまねぎ	米
12	水	つぶし粥 タラのとろとろ煮 ブロッコリーのくたくた煮 人参のスープ	たら	ブロッコリー 人参	米
13	木	つぶし粥 ホキのやわらか煮 白菜のとろとろ煮 さつま芋のスープ	ホキ	はくさい	米 さつま芋
14	金	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 人参のくたくた煮 小松菜のスープ	豆腐	人参 小松菜	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
15	土	つぶし粥 豆腐のつぶし煮 キャベツのやわらか煮 ほうれん草のスープ	豆腐	キャベツ ほうれん草	米
17	月	つぶし粥 タラのくたくた煮 大根のつぶし煮 小松菜のスープ	たら	大根 小松菜	米
18	火	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 じゃが芋のとろとろ煮 ほうれん草のスープ	豆腐	ほうれん草	米 じゃがいも
19	水	つぶし粥 カレイのつぶし煮 南瓜のやわらか煮 玉ねぎのスープ	かれい	南瓜 たまねぎ	米
20	木	つぶし粥 豆腐のとろとろ煮 ブロッコリーのやわらか煮 人参のスープ	豆腐	ブロッコリー 人参	米
21	金	つぶし粥 ホキのやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 玉ねぎのスープ	ホキ	ほうれん草 たまねぎ	米
22	土	つぶし粥 豆腐のとろとろ煮 キャベツのくたくた煮 人参のスープ	豆腐	キャベツ 人参	米
25	火	つぶし粥 タラのつぶし煮 人参のやわらか煮 小松菜のスープ	たら	人参 小松菜	米
26	水	つぶし粥 ホキのとろとろ煮 ほうれん草のやわらか煮 玉ねぎのスープ	ホキ	ほうれん草 たまねぎ	米
27	木	つぶし粥 豆腐のとろとろ煮 小松菜のつぶし煮 かぶのスープ	豆腐	小松菜 かぶ	米
28	金	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 ブロッコリーのくたくた煮 大根のスープ	豆腐	ブロッコリー 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。