

2025年4月ランチメニュー

中期食

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	火	七分粥 カレイのやわらか煮 いんげんのやわらか煮 小松菜のスープ	かれい	いんげん,人参 小松菜	米
2	水	七分粥 豆腐のやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 キャベツのスープ	豆腐	たまねぎ,人参 ブロッコリー キャベツ	米
3	木	七分粥 ホキのやわらか煮 小松菜のやわらか煮 白菜のスープ	ホキ	きゅうり 小松菜,人参 はくさい	米
4	金	七分粥 豆腐のやわらか煮 春キャベツのやわらか煮 ほうれん草のスープ	豆腐	人参 春キャベツ ほうれん草	米
5	土	七分粥 豆腐のやわらか煮 さつま芋のやわらか煮 人参のスープ	豆腐	キャベツ 人参	米 さつま芋
7	月	七分粥 カレイのやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 じゃが芋のスープ	かれい	人参,キャベツ ブロッコリー	米 じゃがいも
8	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	たら	きゅうり 人参 小松菜	米
9	水	七分粥 豆腐のやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 春キャベツのスープ	豆腐	はくさい ブロッコリー,人参 春キャベツ	米
10	木	七分粥 ホキのやわらか煮 南瓜のやわらか煮 白菜のスープ	ホキ	ほうれん草 南瓜 はくさい	米
11	金	七分粥 豆腐のやわらか煮 キャベツのやわらか煮 玉ねぎのスープ	豆腐	キャベツ,人参 たまねぎ	米 じゃがいも
12	土	七分粥 豆腐のやわらか煮 玉ねぎのやわらか煮 ほうれん草のスープ	豆腐	キャベツ たまねぎ,人参 ほうれん草	米
14	月	七分粥 カレイのやわらか煮 ほうれん草のやわらか煮 人参のスープ	かれい	きゅうり ほうれん草 人参	米
15	火	七分粥 豆腐のやわらか煮 じゃが芋のやわらか煮 小松菜と麩のスープ	豆腐	人参 小松菜	米 じゃがいも 麩

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		
		昼食	赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品
16	水	七分粥 タラのやわらか煮 白菜のやわらか煮 大根のスープ	たら	きゅうり はくさい,人参 大根	米
17	木	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	豆腐	大根 ブロッコリー,人参 小松菜	米
18	金	豆粥 ホキのやわらか煮 ほうれん草のやわらか煮 人参のスープ	ホキ	うすいえんどう ほうれん草 人参	米 さつま芋
19	土	家庭協力日			
21	月	七分粥 カレイのやわらか煮 キャベツのやわらか煮 玉ねぎのスープ	かれい	小松菜 キャベツ,人参 たまねぎ	米
22	火	七分粥 豆腐のやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 白菜のスープ	豆腐	人参 ブロッコリー はくさい	米
23	水	七分粥 タラのやわらか煮 さつま芋のやわらか煮 ほうれん草のスープ	たら	キャベツ,人参 ほうれん草	米 さつま芋
24	木	七分粥 豆腐のやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 じゃが芋のスープ	豆腐	人参 ブロッコリー	米 じゃがいも
25	金	七分粥 ホキのやわらか煮 大根のやわらか煮 キャベツのスープ	ホキ	たまねぎ,人参 大根 キャベツ	米
26	土	七分粥 豆腐のやわらか煮 白菜ののやわらか煮 南瓜のスープ	豆腐	たまねぎ はくさい,小松菜 南瓜	米
28	月	七分粥 タラのやわらか煮 キャベツのやわらか煮 玉ねぎのスープ	たら	小松菜 キャベツ,人参 たまねぎ	米
30	水	七分粥 豆腐のやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 ほうれん草と麩のスープ	豆腐	人参 ブロッコリー ほうれん草	米 麩

★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。