



7がつこんだてひょう



安城市保育課
安城市教育委員会 中部調理場

日曜	こんだてめい	からだをつくるたべもの	からだのちようしそとのえるたべもの	ねつやちからになるたべもの	おやつ
1月	ごはん ぎゅうにゅう はるさめスープ あげこめこぎょうざ マーボーなす	ぎゅうにゅう とうふ こめこぎょうざ ぶたにく あかみそ	チンゲンサイ にんじん とうもろこし メンマ くるきくらげ なす たまねぎ ピーマン しょうが	ごはん はるさめ さとう なたねあぶら こめあぶら ごまあぶら でんぶん	りんごジュース かし
2火	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいもそぼろに いわしのしょうがに キャベツのかおりあえ	ぎゅうにゅう とりにく なまあげ いわしのしょうがに	こんにやく たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ あおじそ	ごはん じゃがいも さとう	オレンジ かし
3水	ごはん ぎゅうにゅう なつやさいのみそしる わふうおろしハンバーグ きゅうりとコーンのごまあえ	ぎゅうにゅう あぶらあげ とうふ あかみそ しろみそ ハンバーグ	なす かぼちゃ オクラ だいこん きゅうり とうもろこし	ごはん さとう でんぶん ごま	アイスクリーム
4木	サンドイッチロールパン ぎゅうにゅう コーンスープ スラッピージョー れいとうみかん	ぎゅうにゅう ベーコン ぶたにく	とうもろこし たまねぎ にんじん グリンピース ピーマン みかん	サンドイッチロールパン じゃがいも バター パンこ ホワイトルウ さとう	きらきらかん
5金	わかめごはん ぎゅうにゅう たなぼたじる とりにくのレモソースかけ ゴーヤチャンプルー たなぼたゼリー	ぎゅうにゅう かまぼこ チキンパティ ぶたにく たまご なまあげ かつおぶし	にんじん オクラ しいたけ レモンかじゅう ゴーヤ たまねぎ	わかめごはん そうめん なたねあぶら さとう こめあぶら ゼリー	やさいジュース かし
6土	クリームスティックパン ぎゅうにゅう パナナ	ぎゅうにゅう	バナナ	クリームスティックパン	
8月	むぎごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのいりに いりこふりかけ こめこさきみチーズ入りフライ	ぎゅうにゅう こうやどうふ ぶたにく しらすぼし こめこさきみチーズ入りフライ かつおぶし こんぶ	たまねぎ にんじん しいたけ チンゲンサイ	むぎごはん じゃがいも さとう なたねあぶら ごま	ぶどうジュース チーズむしケーキ
9火	ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにくとやさいのほそぎりいため もちごめむし ナタデココゼリーミックス	ぎゅうにゅう ぎゅうにく もちごめむし	キャベツ にんじん たまねぎ ピーマン あかパプリカ たけのこ くるきくらげ しょうが パイナップル もも	ごはん さとう ごまあぶら でんぶん ゼリー ほしがたナタデココ	バナナ かし
10水	ロウカットげんまいごはん ぎゅうにゅう なつやさいのカーライス えだまめとひじきのサラダ たくじょうごまドレッシング ココアぎゅうにゅうのもと	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ だっしふんにゅう ひじき	なす ピーマン たまねぎ かぼちゃ トマト えだまめ とうもろこし	ロウカットげんまいごはん カレールウ ドレッシング ココアぎゅうにゅうのもと	とうにゅうデザート かし
11木	ラーメン ぎゅうにゅう やさいたつぶりタンメン あじのからあげ あおパパイアのサラダ たくじょうコンクリーモードレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく あじのからあげ	キャベツ もやし にんじん チンゲンサイ あおパパイア きゅうり とうもろこし	ラーメン こめあぶら なたねあぶら ドレッシング	カクテルゼリー
12金	クロスロールパン ぎゅうにゅう まめとモロヘイヤのトマトスープ パンプキンオムレツ コールスロー たくじょうコールスロードレッシング	ぎゅうにゅう とりにく だいや パンプキンオムレツ	たまねぎ モロヘイヤ トマト にんじん キャベツ とうもろこし	クロスロールパン さとう じゃがいも ドレッシング	アイスクリーム
13土	ディナーロールパン ぎゅうにゅう パナナ	ぎゅうにゅう	バナナ	ディナーロールパン	
16火	むぎごはん ぎゅうにゅう とりにくとやさいのちゅうかスープ えびのフリッター ツナチャーハンのご おたのしみ	ぎゅうにゅう とりにく えびのフリッター まぐるあぶらづけ	チンゲンサイ もやし にんじん たまねぎ はねぎ とうもろこし しろねぎ しいたけ しょうが	むぎごはん はるさめ なたねあぶら こめあぶら ごまあぶら おたのしみ	とうにゅうジュース どうぶつ ホットケーキ
17水	ごはん ぎゅうにゅう かきたまじる にくだんごのあまからに ゆかりあえ	ぎゅうにゅう たまご かまぼこ とうふ ミートボール	にんじん チンゲンサイ しいたけ キャベツ あかじそ	ごはん でんぶん さとう ごま	りんごジュース かし
18木	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいもしるみそしる ふりかけ マヨタコフライ ひじきのもの	ぎゅうにゅう なまあげ わかめ しるみそ とりにく マヨタコフライ ひじき	にんじん はくさい はねぎ とうもろこし やさしいふりかけ	ごはん じゃがいも なたねあぶら さとう	バナナ かし
19金	ごはん ぎゅうにゅう とうふスープ チャプチェ くきわかめいりサラダ むらさきもチップス たくじょうあおじそドレッシング	ぎゅうにゅう とうふ かまぼこ ぎゅうにく くきわかめ	チンゲンサイ にんじん くるきくらげ たけのこ はねぎ しろねぎ しいたけ にんにく キャベツ きゅうり	ごはん はるさめ さとう ごまあぶら ごま こめあぶら むらさきもチップス	アイスクリーム
20土	ピンキーパン ぎゅうにゅう オレンジ	ぎゅうにゅう	オレンジ	ピンキーパン	
22月	ごはん ぎゅうにゅう さわにわん さばのてりやき オクラサラダ たくじょうノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく はんぺん さばのてりやき	にんじん たけのこ しろねぎ ごぼう はねぎ とうもろこし オクラ しいたけ キャベツ	ごはん でんぶん ノンエッグマヨネーズ	フルーツゼリー こめポンパー
23火	クロロールパン ぎゅうにゅう オニオンスープ カラフルサラダ こめこホキフライのこうみソースかけ たくじょうフレンチドレッシング	ぎゅうにゅう ベーコン こめこホキフライ	にんじん たまねぎ ぽすと とうもろこし はねぎ しろねぎ レモンかじゅう あかパプリカ きいろパプリカ きゅうり だいこん	クロロールパン じゃがいも なたねあぶら さとう ドレッシング	やさしいジュース とうもろこし
24水	ごはん ぎゅうにゅう いかとやさいのうまに わかどりのマーレドやき きゅうりとわかめのすのもの	ぎゅうにゅう いか わかめ はんぺん かくあげ わかどりのマーレドやき	たまねぎ にんじん きゅうり きやいんげん	ごはん じゃがいも さとう ごま	アイスクリーム
25木	サンドイッチパンズパン ぎゅうにゅう ソーセージとやさいのスープ ミンチカツ みどりキャベツ たくじょうトンカツソース	ぎゅうにゅう ソーセージ ミンチカツ	だいこん にんじん たまねぎ ズッキーニ とうもろこし キャベツ きゅうり	サンドイッチパンズパン なたねあぶら	すいか
26金	ごはん ぎゅうにゅう とうがんじる さんがやき じゃがいもとえだまめのごまマヨネーズいため ブルーヨーグルト	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ さんがやき ヨーグルト	とうがん にんじん しいたけ チンゲンサイ たまねぎ えだまめ	ごはん でんぶん さとう じゃがいも ごま ノンエッグマヨネーズ	ミニプリン かし
27土	まるレーズンパン ぎゅうにゅう オレンジ	ぎゅうにゅう	オレンジ	まるレーズンパン	
29月	ごはん ぎゅうにゅう なまあげとやさいのみそしる いかにかりんあげ きりほしだいこんのベーコンに	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ あかみそ いか ベーコン	こんにやく はくさい にんじん こまつな きりほしだいこん ピーマン	ごはん さといも さとう でんぶん なたねあぶら ごまあぶら	はっこうにゅう こめこカップケーキ
30火	スライスパン ぎゅうにゅう ファイバースープ てりやきスコッチエッグ ごぼうととうもろこしのサラダ いちじくジャム たくじょうノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ベーコン てりやきスコッチエッグ	たまねぎ にんじん キャベツ チンゲンサイ ごぼう とうもろこし	スライスパン おおむぎ ごま さとう ジャム ノンエッグマヨネーズ	オレンジ かし
31水	わかめごはん ぎゅうにゅう けんちんじる チキンたつたあげ かぼちゃのにつけ	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ チキンたつたあげ	しいたけこんにやく にんじん ごぼう だいこん はねぎ しろねぎ かぼちゃ	わかめごはん ごまあぶら なたねあぶら さとう	ヨーグルト ラスク

※献立は材料等の都合により変更することもあります。

平均栄養価	エネルギー (kcal)	総たんぱく (g)	カルシウム (mg)
幼児	562	19.6	260
低年齢児	505	16.9	257



不要になったら、リサイクルへ
雑がみとして出してください。