



9 が つ こ ん だ て ひ よ 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	からだのちようしをととのえるたべもの	ねつやちからになるたべもの	お や つ
2 月	むぎごはん ぎゅうにゆう ちゅうかはん ぎょうざ ひじきサラダ たくじょうソイドレッシング	ぎゅうにゆう ぶたにく えび ぎょうざ ひじき	にんじん たけのこ はくさい たまねぎ チンゲンサイ きくらげ えだまめ とうもろこし	むぎごはん さとう でんぶん ドレッシング	はっこうにゆう かし
3 火	ごはん ぎゅうにゆう ぶたじる さといもコロッケ いりこふりかけ	ぎゅうにゆう ぶたにく とうふ あぶらあげ あかみそ しらすぼし かつおぶし こんぶ	だいこん こまつな にんじん はねぎ しろねぎ	ごはん さといもコロッケ なたねあぶら ごま さとう	オレンジ かし
4 水	ごはん ぎゅうにゆう コーンスープ ツナオムレツ チキンライスのぐ りんごミニゼリー	ぎゅうにゆう ベーコン ツナオムレツ とりにく	とうもろこし たまねぎ にんじん グリンピース マッシュルーム えだまめ トマト	ごはん じゃがいも バター ホワイトルウ さとう ゼリー	とうにゆうデザート かし
5 木	わかめごはん ぎゅうにゆう とうにゆういりみそしる かれいフライ みどりキャベツ たくじょうソース	ぎゅうにゆう ぶたにく あぶらあげ しろみそ とうにゆう かれいフライ	にんじん チンゲンサイ えのきたけ しろねぎ はねぎ キャベツ きゅうり	わかめごはん なたねあぶら	アイスクリーム
6 金	クロスロールパン ぎゅうにゆう さつまいものポターージュ ポイルソーセージ カラフルマリネ	ぎゅうにゆう とりにく ソーセージ	たまねぎ マッシュルーム キャベツ きゅうり あかパプリカ とうもろこし レモンかじゅう	クロスロールパン さつまいも ホワイトルウ なまクリーム オリーブオイル さとう	フルーツゼリー かし
7 土	クリームスティックパン ぎゅうにゆう オレンジ	ぎゅうにゆう	オレンジ	クリームスティックパン	
9 月	ごはん ぎゅうにゆう いなかじる とりにくのてりやき キャベツのふくじんづけあえ	ぎゅうにゆう なまあげ ミックスみそ とりにくのてりやき	ごぼう こんにやく だいこん にんじん はねぎ しろねぎ キャベツ ふくじんづけ	ごはん さといも	やさいジュース こめコタルト
10 火	むぎごはん ぎゅうにゆう ワントンスープ ビビンバ きんしたまご さつまいもスティック	ぎゅうにゆう ぶたにく きんしたまご	はくさい にんじん きくらげ なら メンマ しいたけ にんにく もやし チンゲンサイ	むぎごはん さとう ワントンのかわ ごま こめあぶら ごまあぶら さつまいもスティック	アイスクリーム
11 水	ごはん ぎゅうにゆう ぶたにくとやさいのしょうがに しのだのみそかけ たくじょうあまみそ キャベツのなめたけあえ	ぎゅうにゆう ぶたにく けんちんしのだ あまみそ	こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん しょうが ほうれんそう キャベツ なめたけ	ごはん じゃがいも さとう	バナナ かし
12 木	ラーメン ぎゅうにゆう ごもくラーメン ミンチカツ ちゅうかふうサラダ	ぎゅうにゆう ぶたにく わかめ ミンチカツ	はくさい もやし にんじん メンマ はねぎ しろねぎ きゅうり とうもろこし	ラーメン なたねあぶら はるさめ さとう ごまあぶら	フルーチェ
13 金	ごはん ぎゅうにゆう つきなじる さんまのしょうがに キャベツのごまゆかり つきみゼリー	ぎゅうにゆう とりにく とうふ かまぼこ さんまのしょうがに	にんじん こまつな だいこん はねぎ しろねぎ キャベツ あかじそ	ごはん ごま ゼリー	とうにゆうジュース かし
14 土	ピンキーパン ぎゅうにゆう バナナ	ぎゅうにゆう	バナナ	ピンキーパン	
17 火	わかめごはん ぎゅうにゆう こうやどうふのいりに あつやきたまご チンゲンサイのおひたし	ぎゅうにゆう とりにく こうやどうふ はんぺん あつやきたまご	こんにやく にんじん さやいんげん もやし チンゲンサイ	わかめごはん さといも さとう	りんごジュース ミニいまがわやき
18 水	ごはん ぎゅうにゆう ちゅうかふうスープ はるまき チャーハンのぐ さくさくどうふ	ぎゅうにゆう ハム かまぼこ はるまき ぶたにく さくさくどうふ	チンゲンサイ にんじん なら きくらげ メンマ たまねぎ はねぎ しろねぎ しいたけ	ごはん はるさめ でんぶん なたねあぶら ごまあぶら	バナナ かし
19 木	こめこパン(こむぎいり) ぎゅうにゆう じゃがいものベーコンに さわらのカレーやき ファイバーゼリーのフルーツあえ	ぎゅうにゆう ベーコン さわらのカレーやき	たまねぎ にんじん きパプリカ もも さやいんげん パイナップル	こめこパン(こむぎいり) じゃがいも ゼリー	ぶどうジュース ふかしいも
20 金	ごはん ぎゅうにゆう マーボービーンズ こめこししゃもフライのぎんあんかけ あおなのちゅうかあえ たくじょうちゅうかふうドレッシング	ぎゅうにゆう とうふ ぶたにく だいた あかみそ ししゃもフライ	にんじん たまねぎ はねぎ しろねぎ しょうが にんにく チンゲンサイ キャベツ	ごはん さとう でんぶん こめあぶら なたねあぶら ドレッシング	ヨーグルト ラスク
21 土	まるレーズンパン ぎゅうにゆう オレンジ	ぎゅうにゆう	オレンジ	まるレーズンパン	
24 火	ロウカットげんまいごはん ぎゅうにゆう なつやさいのカレーライス いかフリッター かいそうサラダ たくじょうあおじそドレッシング	ぎゅうにゆう ぶたにく チーズ だっしふんにゆう いかフリッター かいそう	なす ピーマン たまねぎ かぼちゃ トマト きゅうり とうもろこし	ロウカットげんまいごはん カレールウ なたねあぶら	ミニプリン かし
25 水	ソフトめん ぎゅうにゆう ジャージャーめん えびしゅうまい ごまきゅうり	ぎゅうにゆう ぶたにく あかみそ えびしゅうまい	にんにく しょうが たまねぎ にんじん しいたけ たけのこ もやし きゅうり	ソフトめん さとう でんぶん ごま	なし かし
26 木	サンドイッチパンズパン ぎゅうにゆう ミネストラスープ ハンバーグのいちじくソースかけ やさいのあまざあえ	ぎゅうにゆう ベーコン ハンバーグ	たまねぎ にんじん チンゲンサイ トマト レモンかじゅう キャベツ	サンドイッチパンズパン じゃがいも ジャム ライスマカロニ さとう オリーブオイル	ヨーグルトあえ
27 金	ごはん ぎゅうにゆう かきたまじる さけのわふうマリネ キャベツのかおりあえ	ぎゅうにゆう たまご かまぼこ とうふ さけ でんぶん	にんじん チンゲンサイ しいたけ たまねぎ ピーマン あかパプリカ キャベツ あおじそ	ごはん でんぶん なたねあぶら さとう	やさいジュース チーズむしケーキ
28 土	ディナロールパン ぎゅうにゆう バナナ	ぎゅうにゆう	バナナ	ディナロールパン	
30 月	ごはん ぎゅうにゆう けんちんじる さばのぎんがみやき のりずあえ	ぎゅうにゆう とうふ あぶらあげ のり さばのぎんがみやき	こんにやく にんじん ごぼう だいこん はねぎ しろねぎ キャベツ もやし	ごはん さといも ごまあぶら さとう	りんごムース かし

※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	563	20.2	270
低年齢児	504	17.5	266



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。