



12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	からだのちょうしを 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	ごはん 牛乳 ぎゅうにくとやさいのほそぎりいため あじフライ みどりキャベツ たくじょうソース	ぎゅうにゅう ぎゅうにく あじフライ	はくさい にんじん ピーマン たけのこ きくらげ しょうが にんにく キャベツ きゅうり	ごはん さとう ごまあぶら でんぶん なたねあぶら	やさいジュース ラスク
3 火	むぎごはん ぎゅうにゅう ちゅうかはん コーンしゅうまい れんこんのあまからいため	ぎゅうにゅう ぶたにく えび コーンしゅうまい	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 れんこん えだまめ	むぎごはん さとう でんぶん こめあぶら	バナナ かし
4 水	ロウカットげんまいごはん ぎゅうにゅう ふゆやさいのカレーライス ビーンズサラダ みかんミニゼリー たくじょうコーンクレーミードレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ だっしふんにゅう だいず ハム レッドキドニービーンズ	だいこん たまねぎ にんじん はくさい キャベツ とうもろこし	ロウカットげんまいごはん カレーウ さとう ドレッシング ゼリー	とうにゅうジュース かし
5 木	ラーメン ぎゅうにゅう とんこつラーメン さつまいものあめに ツナキャベツ	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ まぐろあぶらづけ	はくさい もやし はねぎ しろねぎ メンマ キャベツ	ラーメン さつまいも なたねあぶら さとう ごま	きなこいっぱいかん
6 金	クロスロールパン ぎゅうにゅう にくだんごとやさいのスープ ソーセージのケチャップに ブルーヨーグルト	ぎゅうにゅう とうふ とりにくだんご ソーセージ ヨーグルト	たまねぎ にんじん はくさい チンゲンサイ マッシュルーム グリーンピース	クロスロール じゃがいも さとう こめあぶら	ミニいまがわやき
7 土	クロワッサン ぎゅうにゅう みかん	ぎゅうにゅう	みかん	クロワッサン	
9 月	ごはん ぎゅうにゅう ふゆやさいとぶたにくのごまいために さわらのうめふうみやき キャベツのなめたけあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ さわらのうめふうみやき	にんじん はくさい だいこん しいたけ チンゲンサイ キャベツ なめたけ	ごはん ごま さとう ごまあぶら でんぶん	さつまいもムース かし
10 火	ごはん ぎゅうにゅう はくさいマーボー あげこめこぎょうざ きゅうりのナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あかみそ こめこぎょうざ のり	はくさい にんじん たけのこ はねぎ しろねぎ きくらげ にんにく しょうが きゅうり	ごはん さとう でんぶん なたねあぶら ごま ごまあぶら	みかん かし
11 水	ごはん ぎゅうにゅう はちはいじる れんこんハンバーグのおろしソースかけ しそきゅうり かたぬきチーズ	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ かたぬきチーズ れんこんハンバーグ	こんにやく にんじん ごぼう はねぎ しろねぎ しいたけ だいこん きゅうり あかじそ	ごはん さとも さとう でんぶん	フルーツゼリー
12 木	ミルクロールパン ぎゅうにゅう にくだんごのクリームに とりにくのカレーやき コーンサラダ たくじょうフレンチドレッシング	ぎゅうにゅう ミートボール だっしふんにゅう とりにくのカレーやき	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり とうもろこし	ミルクロールパン じゃがいも ホワイトルウ バター ドレッシング	おにまん
13 金	ごはん ぎゅうにゅう すぶた だいこんサラダ たくじょうごまドレッシング むらさきもチップス	ぎゅうにゅう ぶたにく まぐろあぶらづけ	たまねぎ にんじん たけのこ さやいんげん しいたけ だいこん きゅうり	ごはん でんぶん さとう なたねあぶら ドレッシング むらさきもチップス	ヨーグルト
14 土	ピンキーパン ぎゅうにゅう パナナ	ぎゅうにゅう	バナナ	ピンキーパン	
16 月	ごはん ぎゅうにゅう ひきずり かぼちゃのでんぶら きゅうりとわかめのすのもの	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ なまあげ わかめ	こんにやく はくさい にんじん ねぎ かぼちゃのてんぶら きゅうり	ごはん さとう なたねあぶら ごま	ミニプリン かし
17 火	わかめごはん ぎゅうにゅう かきたまじる ぶたにくのしょうがいため みかん	ぎゅうにゅう たまご しらすばし とうふ ぶたにく	にんじん たまねぎ しいたけ キャベツ もやし しょうが みかん	わかめごはん でんぶん さとう	ケーキ
18 水	ごはん ぎゅうにゅう ちくぜんに たらのぎんがみやき いそかあえ	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ たらのぎんがみやき のり	こんにやく ごぼう れんこん たけのこ にんじん さやいんげん しいたけ キャベツ もやし	ごはん さとも さとう	ミニパン
19 木	こがたロールパン ぎゅうにゅう ソーセージとやさいのトマトスープ チキンのレモンソースかけ プロッコリー たくじょうノンエッグマヨネーズ おたのしみ	ぎゅうにゅう ソーセージ チキンパティ	にんじん たまねぎ キャベツ トマト レモンかじゅう プロッコリー	こがたロールパン さとう じゃがいも なたねあぶら ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル おたのしみ	ぶどうジュース ふかしいも
20 金	むぎごはん ぎゅうにゅう さつまいものみそしる いかいりとうふはんぺんのてりやきソースかけ いりこふりかけ	ぎゅうにゅう とりにく ミックスみそ しらすばし いかいりとうふはんぺん かつおぶし こんぶ	だいこん にんじん ごぼう チンゲンサイ	むぎごはん さつまいも さとう でんぶん ごま	はっこうにゅう かし
21 土	クロワッサン ぎゅうにゅう みかん	ぎゅうにゅう	みかん	クロワッサン	
23 月	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものそぼろに わかさぎのなんぼんづけ キャベツのたくあんあえ	ぎゅうにゅう とりにく はんぺん わかさぎのからあげ	こんにやく たまねぎ ねぎ にんじん グリンピース キャベツ たくあんづけ	ごはん じゃがいも さとう なたねあぶら ごま	とうにゅうデザート
24 火	スライスパン ぎゅうにゅう キャロットポタージュ イタリアふうサンド りんごゼリーのフルーツあえ	ぎゅうにゅう とりにく だっしふんにゅう ベーコン えび	にんじん たまねぎ ピーマン マッシュルーム にんにく パイナップル もも	スライスパン じゃがいも ホワイトルウ なまクリーム コーンスターチ さとう ゼリー	バナナ かし
25 水	ごはん ぎゅうにゅう なまあげのちゅうかに ちゅうかふうたまごまき かいそうサラダ たくじょうあおじそドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ かいそう ちゅうかふうたまごまき	キャベツ たまねぎ たけのこ にんじん きくらげ きゅうり とうもろこし	ごはん さとう でんぶん ごまあぶら	やさいゼリー
26 木	クロロールパン ぎゅうにゅう オニオンスープ さけのムニエル やさいソテー コーヒーぎゅうにゅうのもと	ぎゅうにゅう ベーコン さけのムニエル	にんじん たまねぎ とうもろこし キャベツ ローストオニオン もやし あかパプリカ	クロロールパン じゃがいも こめあぶら コーヒーぎゅうにゅうのもと	りんごジュース かし
27 金	おにぎり ぎゅうにゅう みそしる みかん	ぎゅうにゅう あぶらあげ みそ	だいこん にんじん みかん	おにぎり	ぎゅうにゅう かし
28 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	

※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	611	23.3	380
低年齢児	486	17.2	256



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。