



1 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
8 水	ごはん ぎゅうにゅう ななくさいりとりだんごじる さばのぎんがみやき ごまきゅうり	ぎゅうにゅう とり ななくさいりとりだんご さばのぎんがみやき	だいこん かぶ にんじん はくさい こまつな ほうれんそう せり きゅうり	ごはん でんぶん ごま	やさいジュース かし
9 木	スライスパン ぎゅうにゅう しろいんげんまめのポタージュ ポークピカタ たくじょうソングマヨネーズ ブロッコリーとコーンのサラダ りんごジャム	ぎゅうにゅう とり しろいんげんまめ だっしふんにゅう ポークピカタ	たまねぎ にんじん ブロッコリー とうもろこし	スライスパン ジャがいも ホワイトルウ バター ノンエッグマヨネーズ ジャム	ミニプリン こめポンパー
10 金	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいもしろみそじる いかフリッター したじめしのぐ みかんヨーグルト	ぎゅうにゅう なまあげ わかめ しろみそ とり いかフリッター ちくわ ヨーグルト	にんじん はくさい はねぎ しろねぎ ごぼう こんにやく しいたけ	ごはん ジャがいも なたねあぶら さとう	ぶどうジュース かし
11 土	クロワッサン ぎゅうにゅう パナナ	ぎゅうにゅう	バナナ	クロワッサン	
14 火	わかめごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとやさいのしょうがに にくだんご なます	ぎゅうにゅう ぶたにく にくだんご	こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん しょうが だいこん	わかめごはん ジャがいも さとう	フルーツゼリー
15 水	ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ やさいはるまき ちゅうかあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく どうふ あかみそ くわかめ	たまねぎ 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 はるまき もやし キャベツ	ごはん さとう でんぶん なたねあぶら ごまあぶら	みかん かし
16 木	こめこパン(こむぎいり) ぎゅうにゅう ポテトのドイツふうじ タンドリーチキン あおパパイアのサラダ たくじょうあおじそドレッシング	ぎゅうにゅう フランクフルトソーセージ タンドリーチキン	たまねぎ にんじん とうもろこし グリンピース あおパパイア きゅうり	こめこパン (こむぎいり) ジャがいも	りんごジュース ふかしいも
17 金	むぎごはん ぎゅうにゅう あんじょうちゅうかどん あげえびしゅうまい いやかん	ぎゅうにゅう ぶたにく えびしゅうまい	はくさい キャベツ にんじん チンゲンサイ たけのこ いやかん	むぎごはん さとう でんぶん なたねあぶら	ヨーグルト
18 土	ピンキーパン ぎゅうにゅう みかん	ぎゅうにゅう	みかん	ピンキーパン	
20 月	ごこごごはん ぎゅうにゅう おやこに さわらのみぞれに のりずあえ	ぎゅうにゅう とり たまご かまぼこ さわらのみぞれに のり	たまねぎ にんじん さやえんどう しょうが ほうれんそう もやし	ごこごごはん ジャがいも さとう ごま	どうぶつ ホットケーキ
21 火	ごはん ぎゅうにゅう とうふスープ アイアンチキン チャーハンのご きらずあげ	ぎゅうにゅう とうふ かまぼこ とりレバー やきぶた	はくさい にんじん ほうれんそう きくらげ たまねぎ はねぎ しろねぎ しいたけ	ごはん なたねあぶら さとう ごまあぶら きらずあげ	こめこタルト
22 水	ロウカットげんまいごはん ぎゅうにゅう ごろごろチキンカレーライス やさいソテー こさかな	ぎゅうにゅう とり だっしふんにゅう ベーコン こさかな	たまねぎ にんじん キャベツ グリンピース とうもろこし	ロウカットげんまいごはん ジャがいも カレールウ なまクリーム	バナナ かし
23 木	きしめん ぎゅうにゅう みそきしめん さともコロッケ チンゲンサイのツナあえ	ぎゅうにゅう とり かまぼこ あぶらあげ あかみそ まぐるあぶらづけ	にんじん はねぎ しろねぎ はくさい チンゲンサイ キャベツ	きしめん さとう さともコロッケ なたねあぶら ごま	いちごジャム むしパン
24 金	ごはん ぎゅうにゅう まめじゃが もやしときゅうりのあえもの チキンハンバーグのいちじくソースかけ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいや ハンバーグ	こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん レモンかじゅう もやし きゅうり	ごはん ジャがいも さとう ジャム	はっこうにゅう かし
25 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	
27 月	むぎごはん ぎゅうにゅう わふうカレーに かわいいフライ みどりキャベツ たくじょうソース	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ かわいいフライ	たまねぎ だいこん にんじん キャベツ きゅうり	むぎごはん ジャがいも カレールウ なたねあぶら	りんごムース かし
28 火	ごはん ぎゅうにゅう にみそ ごもくあつやきたまご こまつなのおひたし いちじくゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく はんぺん あかみそ ごもくあつやきたまご	だいこん にんじん こんにやく ねぎ こまつな もやし	ごはん さとも さとう ゼリー	みかん かし
29 水	ごはん ぎゅうにゅう ひきずり めひかりのフライ れんこんのあおじそあえ	ぎゅうにゅう とり かまぼこ なまあげ めひかりフライ	こんにやく はくさい にんじん ねぎ れんこん あおじそ	ごはん さとう なたねあぶら	やさいジュース こめこカップケーキ
30 木	レーズンロールパン ぎゅうにゅう かぶのシチュー えびといかのケチャップに さつまいもスティック	ぎゅうにゅう とり だっしふんにゅう えび いか	にんじん たまねぎ かぶ グリンピース ピーマン マッシュルーム	レーズンロールパン さとう ライスマカロニ こめあぶら ホワイトルウ でんぶん さつまいもスティック	にくまん
31 金	わかめごはん ぎゅうにゅう つみれじる れんこんサンドフライ ほうれんそうのごまあえ	ぎゅうにゅう すりみだんご ミックスみそ れんこんサンドフライ	だいこん にんじん はねぎ しろねぎ ほうれんそう もやし	わかめごはん さつまいも なたねあぶら ごま さとう	とうにゅうジュース 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	611	23.4	376
低年齢児	487	17.3	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。

4日(土)、6日(月)、7日(火)は弁当持ちになります。おやつは園で用意します。