



2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のえるたべもの	ねつやちからになるたべもの	おやつ
1 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	パナナ	クリームスティックパン	
3 月	ごはん ぎゅうにゅう さつまじる いわしのかばやき ゆかりあえ さくさくどうふ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ むぎみそ あかみそ いわしのひらき さくさくどうふ	こんにやく だいこん にんじん ごぼう はねぎ しろねぎ キャベツ あかじそ	ごはん さとも なたねあぶら さとう でんぶん	フルーツゼリー
4 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 はるみオレンジ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく もちごめむし	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 はるみオレンジ	ごはん さとう ごまあぶら でんぶん	ミニプリン かし
5 水	ごはん ぎゅうにゅう はちはいじる たらぎんがみやき れんこんのきんぴら	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ たらぎんがみやき ぶたにく	こんにやく にんじん ごぼう だいこん はねぎ しろねぎ しいたけ れんこん	ごはん ごま さとう こめあぶら	バナナ かし
6 木	サンドイッチパンズパン ぎゅうにゅう ポトフ ハンバーグのトマトソースかけ ポイルキャベツ いちごぎゅうにゅうのもと	ぎゅうにゅう ハンバーグ フランクフルトソーセージ	だいこん にんじん たまねぎ トマト キャベツ	サンドイッチパンズパン じゃがいも さとう いちごぎゅうにゅうのもと	きなこいっぱいかん
7 金	ごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのたまごとし さばのたつたあげ だいこんのサラダ たくじょうあおじそドレッシング	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく たまご さばのたつたあげ ハム	たまねぎ にんじん はくさい さやいんげん しいたけ ほうれんそう だいこん	ごはん さとう なたねあぶら	ヨーグルト
8 土	クロワッサン ぎゅうにゅう オレンジ	ぎゅうにゅう	オレンジ	クロワッサン	
10 月	ごはん ぎゅうにゅう とりにくとこんさいのみそに いかわかめはんぺんのおこのみソース ひゅうがなつゼリー	ぎゅうにゅう とりにく なまあげ だいたず あかみそ いかわかめはんぺん かつおぶし	こんにやく にんじん だいこん ごぼう ねぎ	ごはん さとも さとう でんぶん ひゅうがなつゼリー	はっこうにゅう かし
12 水	わかめごはん ぎゅうにゅう にくじゃが あいちのれんこんいりつくね こまつなともやしのツナあえ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく あいちのれんこんいりつくね まぐろあぶらづけ	こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん こまつな もやし	わかめごはん じゃがいも さとう	みかん かし
13 木	ラーメン ぎゅうにゅう みそラーメン だいがいも きりぼしだいこんのちゅうかサラダ たくじょうちゅうかふうドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ ミックスみそ	チンゲンサイ とうもろこし もやし キャベツ はねぎ しろねぎ メンマ にんにく きりぼしだいこん きゅうり	ラーメン さつまいも なたねあぶら さとう ドレッシング	ミニパン
14 金	ロウカットげんまいごはん キーマカレー じゃがいもとコーンのサラダ ミックスフルーツ 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 だいたず	にんじん あかパプリカ グリンピース たまねぎ もも にんにく しょうが みかん とうもろこし バイナップル	ロウカットげんまいごはん オリーブオイル さとう カレールウ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	いちごの ハートカップ
15 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	
17 月	ごはん ぎゅうにゅう はくさいマーボー あげぎょうざ ツナきゅうり	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あかみそ ぎょうざ まぐろあぶらづけ	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	ぶどうジュース ラスク
18 火	むぎごはん ぎゅうにゅう さげだんごのクリームに チキンピラフのぐ まめまめサラダ りんごミニゼリー たくじょうノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう さげだんご チーズ だっしふんにゅう とりにく だいたず ひよこまめ	チンゲンサイ たまねぎ はくさい しめじ にんじん マッシュルーム キャベツ えだまめ とうもろこし	むぎごはん じゃがいも バター ホホワイトルウ オリーブオイル さとう ノンエッグマヨネーズ ゼリー	みかん かし
19 水	むぎごはん ぎゅうにゅう わかめスープ ビビンバ きんしたまご むらさきもちチップス	ぎゅうにゅう とうふ わかめ ぎゅうにく きんしたまご	はねぎ しろねぎ にんじん たまねぎ しいたけ にんにく もやし ほうれんそう	むぎごはん でんぶん さとう こめあぶら ごま ごまあぶら むらさきもちチップス	ケーキ
20 木	こがたロールパン ぎゅうにゅう やさいたつぷりやきそば ソーセージのケチャップに とうにゅうデザート	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ ソーセージ とうにゅうデザート	キャベツ にんじん もやし しょうが たまねぎ マッシュルーム グリンピース	こがたロールパン ちゅうかめん さとう こめあぶら	やさいジュース ふかしいも
21 金	ごはん ぎゅうにゅう ごんべいじる たくじょうごまドレッシング こめこししゃもフライのこうみソースかけ キャベツとれんこんのごまサラダ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ ミックスみそ ししゃもフライ	だいこん にんじん チンゲンサイ はねぎ しろねぎ レモンかじゅう キャベツ れんこん	ごはん じゃがいも なたねあぶら さとう ごま ドレッシング	りんごジュース こめこカップケーキ
22 土	クロワッサン ぎゅうにゅう パナナ	ぎゅうにゅう	パナナ	クロワッサン	
25 火	ごはん ぎゅうにゅう すましじる とりにくのからあげ きゅうりのこんぶあえ がまごおりみかんマフィン	ぎゅうにゅう とうふ かまぼこ とりにく こんぶ	ほうれんそう にんじん えのきたけ きゅうり	ごはん でんぶん なたねあぶら がまごおりみかんマフィン	はっこうにゅう かし
26 水	ごはん ぎゅうにゅう とうふとあさりのちゅうかスープ チャブチェ かたぬきチーズ	ぎゅうにゅう あさり とうふ ぎゅうにく かたぬきチーズ	にんじん はくさい もやし なら しめじ ピーマン たけのこ しいたけ にんにく	ごはん はるさめ さとう ごまあぶら ごま こめあぶら	ストロベリームース
27 木	うどん ぎゅうにゅう カレーなんばん おからコロッケ ブロッコリーのあえもの	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ おからコロッケ ハム	にんじん たまねぎ はねぎ しろねぎ しょうが ブロッコリー とうもろこし	うどん カレールウ でんぶん なたねあぶら さとう	おにまん
28 金	りんごパン ぎゅうにゅう ポークビーンズ チーズいりオムレツ 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 ぶたにく だいたず チーズいりオムレツ	たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ きゅうり とうもろこし	りんごパン じゃがいも さとう ドレッシング	やさいジュース かし
29 土	ディナロールパン ぎゅうにゅう みかん	ぎゅうにゅう	みかん	ディナロールパン	

※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	619	22.4	368
低年齢児	493	16.5	248



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。