



3がつこんだてひょう

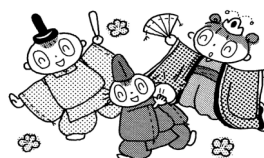


安城市保育課
安城市教育委員会 中部調理場

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	わかめごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのいりに アーモンドあえ きんぴらあげはんぺん みかんヨーグルト	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく ヨーグルト きんぴらあげはんぺん	たけのこ こんにやく にんじん さやいんげん ほうれんそう キャベツ	わかめ ごはん さといも さとう アーモンド	どうぶつ ホットケーキ
3火	ごはん ぎゅうにゅう あさりのみそしる とりにくのあまからソースかけ ごもくちらしずしのご いがまんじゅう	ぎゅうにゅう あさり とうふ あかみそ チキンパティ しらすぼし まぐろあぶらづけ	はくさい にんじん こまつな えのきたけ れんこん しいたけ	ごはん なたねあぶら さとう いがまんじゅう	ぶどうジュース ひなあられ
4水	ごはん ぎゅうにゅう けんちんじる さばのおかか もやしときゅうりのあえもの	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ さばのおかか	こんにやく にんじん ごぼう だいこん はねぎ しろねぎ もやし きゅうり	ごはん さといも ごまあぶら さとう	ミニプリン かし
5木	ごはん ぎゅうにゅう ワンタンスープ ピビンバ きんしたまご かたぬきチーズ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく きんしたまご かたぬきチーズ	はくさい にんじん きくらげ にら メンマ しいたけ にんにく もやし ほうれんそう	ごはん ワンタンのかわ さとう こめあぶら ごま ごまあぶら	やさいゼリー
6金	りんごパン ぎゅうにゅう まめいりカレースープ こめこホキフライ ポイルキャベツ たくじょうソース	ぎゅうにゅう ベーコン だいたい こめこホキフライ	たまねぎ にんじん キャベツ	りんごパン じゃがいも でんぶん なたねあぶら	オレンジ かし
7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	
9月	ごはん ぎゅうにゅう やさいとぶたにくのごまいために さんまのぎんがみやき いそかあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ のり さんまのぎんがみやき	にんじん はくさい だいこん しいたけ キャベツ もやし	ごはん ごま さとう ごまあぶら でんぶん	アップルジュース ラスク
10火	ごはん ぎゅうにゅう はつぼうさい はるまき きゅうりのナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく いか はるまき	たまねぎ はくさい にんじん チンゲンサイ たけのこ きくらげ きゅうり	ごはん でんぶん さとう なたねあぶら ごま ごまあぶら	さつまいもムース かし
11水	ソフトめん ぎゅうにゅう だいたいりみートソース アセロラミニゼリー だいこんとツナのサラダ たくじょうあおじそドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく だいたい だしふんにゅう まぐろあぶらづけ	たまねぎ にんじん グリーンピース だいこん きゅうり	ソフトめん じゃがいも ハヤシルー さとう ゼリー	いちごジャム むしパン
12木	ミルクロールパン ぎゅうにゅう ミネストラスープ とりにくのカレーやき あおパパイアのサラダ たくじょうコーンクリームドレッシング	ぎゅうにゅう ベーコン とりにくのカレーやき	たまねぎ にんじん キャベツ トマト あおパパイア きゅうり とうもろこし	ミルクロールパン じゃがいも ライスマカロニ オリブオイル ドレッシング	バナナ かし
13金	ごはん ぎゅうにゅう すきやき コーンフライ しそきゅうり きらさずあげ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく かまぼこ なまあげ	こんにやく はくさい にんじん ねぎ きゅうり あかじ	ごはん さとう コーンフライ なたねあぶら きらさずあげ	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 ちゅうかたまごスープ あげこめこぎょうざ ちゅうかあえ	ぎゅうにゅう ベーコン たまご こめこぎょうざ	はくさい にんじん もやし チンゲンサイ きくらげ キャベツ とうもろこし	ごはん はるさめ でんぶん なたねあぶら さとう ごまあぶら	ケーキ
17火	ごはん ぎゅうにゅう まめじゃが にしんのにつけ きよみオレンジ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいたい にしんのにつけ	にんにく たまねぎ にんじん さやいんげん きよみオレンジ	ごはん じゃがいも さとう	はっこうにゅう かし
18水	せきはん ぎゅうにゅう すまじる こめいかフライのレモンに キャベツのかおりあえ おいしいデザート	ぎゅうにゅう とうふ かまぼこ いかフライ	ほうれんそう にんじん えのきたけ レモンかじゅう キャベツ あおじそ	ごはん あずき さとう なたねあぶら おいしいデザート	あまなつ かし
19木	サンドイッチロールパン ぎゅうにゅう コンソメスープ やきソーセージ やさいのあまざあえ たくじょうケチャップ ココアぎゅうにゅうのもと	ぎゅうにゅう とりにく ソーセージ	たまねぎ はくさい にんじん キャベツ	サンドイッチロールパン じゃがいも さとう ココアぎゅうにゅうのもと	にくまん
21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	
23月	むぎごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ にんじんしゅうまい ごまキャベツ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あかみそ にんじんしゅうまい	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 キャベツ	むぎごはん さとう でんぶん ごま	とうにゅうジュース かし
24火	スライスパン ぎゅうにゅう コンソメスープ えびカツ カラフルマリネ いちじくジャム	ぎゅうにゅう とりにく だっしふんにゅう えびカツ	とうもろこし たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ きゅうり レモンかじゅう	スライスパン じゃがいも ホワイトルウ さとう なたねあぶら ジャム オリブオイル	フルーツゼリー
25水	わかめごはん ぎゅうにゅう ちゃんこに ごもくあつやきたまご きゅうりのふくじんづけあえ	ぎゅうにゅう とりにくだんご ごもくあつやきたまご	もやし にんじん ごぼう にら こんにやく きゅうり ふくじんづけ	わかめ ごはん さとう	やさいジュース かし
26木	こめこパン(こむぎいり) ぎゅうにゅう あさりのチャウダー みかんのりんごゼリーあえ チキンハンバーグのブラウンソースかけ	ぎゅうにゅう あさり だっしふんにゅう ハンバーグ	たまねぎ にんじん マッシュルーム みかん	こめこパン(こむぎいり) じゃがいも ホワイトルウ こめあぶら さとう ゼリー	きなこいっぱいかん
27金	むぎごはん ぎゅうにゅう チキンカレーライス かいそうサラダ たくじょうあおじそドレッシング こざかな	ぎゅうにゅう とりにく チーズ だっしふんにゅう かいそう こざかな	たまねぎ にんじん グリーンピース きゅうり とうもろこし	むぎごはん じゃがいも カレールウ	ミニパン
28土	スナックロールパン ぎゅうにゅう オレンジ	ぎゅうにゅう	オレンジ	スナックロールパン	
30月	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものしろみそしる ぎゅうどんのぐ パイナップル	ぎゅうにゅう あぶらあげ わかめ しろみそ ぎゅうにく	にんじん はくさい はねぎ しろねぎ たまねぎ こんにやく パイナップル	ごはん じゃがいも さとう	ベルギーワッフル
31火	おにぎり ぎゅうにゅう とうにゅうデザート パナナ	ぎゅうにゅう とうにゅうデザート	バナナ	おにぎり	ぎゅうにゅう 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	615	22.4	374
低年齢児	488	16.4	250



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。