



# 9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 ＜あかいろ＞	からだのちようしを とどえるたべもの ＜みどりいろ＞	ねつやちからになる たべもの ＜きいろ＞	おやつ
1 火	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 みかんミニゼリー ソーセージのケチャップに	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ ソーセージ	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 さとう ちゅうかめん こめあぶら ゼリー	バナナ かし
2 水	ごはん ぎゅうにゅう とうにゅういりみそしる ごまきゅうり ささみうめじそフライ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あぶらあげ しるみそ とうにゅう ささみうめじそフライ	にんじん はくさい はねぎ しろねぎ えのきたけ きゅうり	ごはん なたねあぶら ごま	とうにゅうジュース ラスク
3 木	ロウカットげんまいごはん ぎゅうにゅう なつやさいキーマカレー コーンサラダ たくじょうコーンクリームドレッシング かたぬきチーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく かたぬきチーズ	トマト ビーマン たまねぎ あかいろパプリカ にんにく なす しょうが キャベツ きゅうり とうもろこし	ロウカットげんまいごはん オリーブオイル さとう カレールー ドレッシング	カクテルゼリー
4 金	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとやさいのしょうがに ひじきサラダ こめこしやもフライのぎんあんかけ たくじょうノエッグマヨネーズ パイナップル	ぎゅうにゅう ぶたにく ししやもフライ ひじき	こんにやく さやいんげん たまねぎ にんじん しょうが えだまめ とうもろこし パイナップル	ごはん じゃがいも さとう なたねあぶら でんぶ ノエッグマヨネーズ	ヨーグルト
5 土	ディナロールパン ぎゅうにゅう オレンジ	ぎゅうにゅう	オレンジ	ディナロールパン	
7 月	ごはん ぎゅうにゅう とうふのオイスターソースいため ショーロンポー もやしとぎゅうりのナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず とうふ ショーロンポー	たまねぎ にんじん たけのこ チンゲンサイ きくらげ もやし きゅうり	ごはん さとう でんぶ ごまあぶら	アイスクリーム
8 火	わかめごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのたまごじき さといもコロッケ ごまつなとキャベツのアーモンドあえ	ぎゅうにゅう とうふ とりにく たまご	たまねぎ にんじん はくさい さやいんげん ごまつな キャベツ	わかめごはん さとう さといもコロッケ なたねあぶら アーモンド	オレンジ かし
9 水	ごはん ぎゅうにゅう とうがんにじる のだのみそかけ みどりキャベツ たくじょうあまみそ	ぎゅうにゅう とりにく けんちんしのだ あまみそ	とうがんにんじん ごまつな しいたけ キャベツ きゅうり	ごはん さといも でんぶ	りんごジュース かし
10 木	クロスロールパン ぎゅうにゅう えだまめのクリームスープ やさいソテー ファイバーゼリーのフルーツあえ	ぎゅうにゅう とりにく ペーコン	たまねぎ えだまめ ビーマン キャベツ とうもろこし みかん パイナップル	クロスロールパン じゃがいも ホワイトルウ バター こめあぶら ゼリー	やさいジュース ふかしいも
11 金	ごはん ぎゅうにゅう なすのみそしる しかのかりんあげ きりぼしだいこんのペーコンいため	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ あかみそ いか ペーコン	なす ごまつな えのきたけ ビーマン にんじん きりぼしだいこん にんにく	ごはん さとう でんぶ なたねあぶら オリーブオイル	こめタルト
12 土	クロワッサン ぎゅうにゅう バナナ	ぎゅうにゅう	バナナ	クロワッサン	
14 月	ごはん ぎゅうにゅう けんちんじる さばのぎんがみやき いそかあえ	ぎゅうにゅう 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 チンゲンサイ	ごはん さといも ごまあぶら さとう	ぶどうジュース かし
15 火	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものそぼろに おこのみやきはんぺん れいとうみかん	ぎゅうにゅう とりにく だいず かつおぶし おこのみやきはんぺん	こんにやく たまねぎ にんじん グリンピース みかん	ごはん じゃがいも さとう でんぶ	チーズむしケーキ
16 水	ラーメン ぎゅうにゅう やさいたつぷりかいせんタンメンのしる さつまいものあめに キャベツのごまゆかり	ぎゅうにゅう ぶたにく あさり えび	チンゲンサイ にんじん はくさい もやし きくらげ キャベツ あかじそ	ラーメン さつまいも なたねあぶら さとう ごま	なし かし
17 木	むぎごはん ぎゅうにゅう はるさめとわかめのスープ ビビンバのぐ きんしたまご りんごヨーグルト	ぎゅうにゅう ハム わかめ ぎゅうにく きんしたまご ヨーグルト	にんじん はくさい たけのこ きくらげ しいたけ にんにく もやし チンゲンサイ	むぎごはん はるさめ さとう こめあぶら ごま ごまあぶら	やさいジュース かし
18 金	サンドイッチパンズパン ぎゅうにゅう ファイバースープ カラフルマリネ ハンバーグのいちじくソースかけ	ぎゅうにゅう ペーコン ハンバーグ	たまねぎ にんじん キャベツ チンゲンサイ きいろパプリカ レモンかじゅう とうもろこし きゅうり あかいろパプリカ	サンドイッチパンズパン おおむぎ ジャム さとう オリーブオイル	ミニプリン
19 土	ピンキーパン ぎゅうにゅう バナナ	ぎゅうにゅう	バナナ	ピンキーパン	
23 水	ごはん ぎゅうにゅう さつまじる かれいフライ ポイルキャベツ たくじょうソース	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ むぎみそ あかみそ かれいフライ	こんにやく だいこん ごぼう にんじん ごまつな キャベツ	ごはん さといも なたねあぶら	はっこうにゅう かし
24 木	こめこパン(こむぎいり) ぎゅうにゅう ミネストラスープ オムレツ じゃがいもとえだまめのマヨネーズいため コーヒーぎゅうにゅうのもと	ぎゅうにゅう ペーコン オムレツ	たまねぎ にんじん キャベツ トマト えだまめ	こめこパン(こむぎいり) ライスマカロニ オリーブオイル じゃがいも ノエッグマヨネーズ コーヒーぎゅうにゅうのもと	きらきらかん
25 金	わかめごはん ぎゅうにゅう いもたき コーンフライ はくさいとキャベツのそくせきづけ	ぎゅうにゅう とりにく なまあげ こんぶ	こんにやく にんじん ごまつな だいこん はくさい キャベツ	わかめごはん さといも さとう コーンフライ なたねあぶら ごま	フルーツゼリー
26 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	
28 月	むぎごはん ぎゅうにゅう ちゅうかはんのぐ にんじんいりしゅうまい だいまつこサラダ たくじょうごまドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく いか にんじん しゅうまい だいまつ ひよこまめ	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 キャベツ えだまめ	むぎごはん さとう でんぶ ごまあぶら ドレッシング	さつまいもムース かし
29 火	ごはん ぎゅうにゅう しおちゃんこ ごもくあつやきたまご きゅうりとわかめのすのもの	ぎゅうにゅう とうふ とりにくだんご わかめ ごもくあつやきたまご	チンゲンサイ にんじん はくさい もやし えのきたけ レモンかじゅう きゅうり	ごはん ごま さとう	ミニパン
30 水	うどん ぎゅうにゅう カレーうどんのしる さけのわふうマリネ とうにゅうデザート	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ さけ でんぶ とうにゅうデザート	にんじん たまねぎ チンゲンサイ しょうが ビーマン あかいろパプリカ	うどん カレールー でんぶ なたねあぶら さとう	オレンジ 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	601	22.3	395
低年齢児	477	16.3	274



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。