



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 ＜あかい＞	からだのちようしを とどけるたべもの ＜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月	ごはん ぎゅうにゅう にくじゃが ねぎいりたまごやき キャベツのときあえ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ねぎいりたまごやき かつおぶし	こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん キャベツ	ごはん じゃがいも さとう	ヨーグルト
2火	ごはん ぎゅうにゅう けんちんじる いわしのかばやき キャベツときゅうりのりずあえ きらずあげ	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ いわしのひらき のり	こんにやく にんじん チンゲンサイ ごぼう だいこん きゅうり キャベツ	ごはん さといも ごまあぶら なたねあぶら さとう でんぶん きらずあげ	みかん かし
3水	ソフトめん ぎゅうにゅう だいちりミートソース だいこんサラダ たくじょうあおじそドレッシング りんごミニゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく だいちり だっしふんにゅう まぐるあぶらづけ	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 ハヤシルウ さとう ゼリー	ふかしいも
4木	ごはん ぎゅうにゅう なまあげとぶたにくのみそいため あいちのれんこんいりつくね はるみオレンジ	ぎゅうにゅう なまあげ ぶたにく あかみそ あいちのれんこんいりつくね	にんじん たけのこ キャベツ はねぎ しろねぎ しょうが しいたけ はるみオレンジ	ごはん さとう	ミニプリン
5金	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 さとう ちゅうかめん こめあぶら	やさいジュース かし
6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	
8月	ごはん ぎゅうにゅう かきたまじる ヒレカツ みどりキャベツ たくじょうあまみそ	ぎゅうにゅう たまご かまぼこ ヒレカツ あまみそ	にんじん ほうれんそう しいたけ キャベツ きゅうり	ごはん じゃがいも でんぶん なたねあぶら	はっこうにゅう かし
9火	ロウカットげんまいごはん ぎゅうにゅう こんさいカレー まめっこサラダ たくじょうコーンクリームドレッシング コーヒーぎゅうにゅうのもと	ぎゅうにゅう とりにく だっしふんにゅう チーズ だいちり ひよこまめ	にんじん グリンピース たまねぎ れんこん ごぼう えだまめ キャベツ とうもろこし	ロウカットげんまいごはん じゃがいも カレールウ ドレッシング コーヒーぎゅうにゅうのもと	にくまん
10水	むぎごはん ぎゅうにゅう とうふのオイスターソースいため はるまき ちゅうかあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あかみそ はるまき	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 キャベツ とうもろこし	むぎごはん さとう でんぶん なたねあぶら ごまあぶら	みかん かし
12金	サンドイッチパンズパン ぎゅうにゅう コンスープ サワーキャベツ ハンバーグのトマトソースかけ	ぎゅうにゅう ベーコン だっしふんにゅう ハンバーグ	とうもろこし たまねぎ にんじん グリンピース トマト キャベツ あかいりパプリカ	サンドイッチパンズパン じゃがいも バター ホワイトルウ さとう	いちごのハートカップ かし
13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	
15月	ごはん ぎゅうにゅう ちゃんこに ごぼうコロッケ ひじきとじゃこのふりかけ	ぎゅうにゅう しらすぼし とりにくだんご ひじき まぐるあぶらづけ かつおぶし	もやし にんじん しめじ チンゲンサイ こんにやく ピーマン	ごはん さとう コロッケ なたねあぶら	さつまいもムース かし
16火	りんごパン ぎゅうにゅう ポテのドイツふうにおムレツ キャベツとれんこんのサラダ たくじょうごまドレッシング	ぎゅうにゅう オムレツ フランクフルトソーセージ	たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし グリンピース れんこん	りんごパン じゃがいも ドレッシング	パナナ かし
17水	ごはん ぎゅうにゅう かぶのシチュー えびピラフのぐ ファイバーゼリーのフルーツあえ	ぎゅうにゅう ベーコン だっしふんにゅう えび	にんじん たまねぎ かぶ グリーンピース きいろパプリカ マッシュルーム えだまめ みかん バイナップル	ごはん ライスマカロニ ホワイトルウ ゼリー こめあぶら	やさいジュース こめコマフィン
18木	きしめん ぎゅうにゅう みそきしめんのおしる こまつなごまあえ わかさぎのなんぼんづけ さつまいもスティック	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ あかみそ わかさぎのからあげ	はくさい にんじん ねぎ チンゲンサイ こまつな もやし	きしめん さとう なたねあぶら ごま さつまいもスティック	むしパン
19金	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 コーンしゅうまい くわかめいりサラダ たくじょうあおじそドレッシング みかんヨーグルト	ぎゅうにゅう ぎゅうにく コーンしゅうまい くわかめ ヨーグルト	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 もやし きゅうり	ごはん さとう ごまあぶら でんぶん	フルーツミックスジュース かし
20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	
22月	ごはん ぎゅうにゅう ゆばいりすましじる とりにくのごまよごし チンゲンサイとツナのあえもの	ぎゅうにゅう とうふ ゆば かまぼこ とりにく まぐるあぶらづけ	こまつな にんじん えのきたけ チンゲンサイ キャベツ	ごはん でんぶん さとう なたねあぶら ごま	りんごジュース かし
24水	わかめごはん ぎゅうにゅう さつまいものみそしる かおりあえ いかねぎやきのてりやきソースかけ	ぎゅうにゅう とりにく ミックスみそ いかねぎやき	だいこん にんじん ごぼう こまつな キャベツ あおじそ	わかめごはん さつまいも さとう でんぶん	ケーキ
25木	むぎごはん ぎゅうにゅう はるさめスープ ピンパンのぐ きんしたまご かたぬきチーズ	ぎゅうにゅう ハム ぎゅうにく きんしたまご かたぬきチーズ	にんじん はねぎ しろねぎ とうもろこし メンマ 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	フルーツゼリー
26金	ごはん ぎゅうにゅう だいこんとぶたにくのもの たらのぎんがみやき なのはなあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく こんぶ たらのぎんがみやき	こんにやく だいこん にんじん さやいんげん なばな とうもろこし キャベツ	ごはん さとう	ぶどうジュース かし
27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	

※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	614	22.1	370
低年齢児	488	16.3	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。