



# 5 が つ こ ん だ て ひ よ 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＞	からだのちよしを ととのえるたべもの ＜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 土	スナックロールパン ギゆうにゆう バナナ	ギゆうにゆう	バナナ	スナックロールパン	
6 木	サンドイッチロールパン ギゆうにゆう パンクボタージュ やきソーセージ やさしいあまみずあえ たくじょうケチャップ アセロラミニゼリー	ギゆうにゆう とりにく ソーセージ	かぼちゃ たまねぎ キャベツ にんじん	サンドイッチロールパン バター ホワイトルウ なまクリーム さとう ゼリー	フルーチェ
7 金	ごはん ギゆうにゆう さといものそぼろに きびなごのぎんあんかけ いそかあえ	ギゆうにゆう とりにく きびなごのからあげ のり	こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん しいたけ キャベツ もやし	ごはん さといも さとう なたねあぶら でんぶん	とうにゆうジュース かし
8 土	ピンキーパン ギゆうにゆう オレンジ	ギゆうにゆう	オレンジ	ピンキーパン	
10 月	ごはん ギゆうにゆう きりぼしだいこんのみそしる ぶたにくのしょうがいため ぶどうゼリー	ギゆうにゆう とうふ あぶらあげ あかみそ ぶたにく	きりぼしだいこん にんじん はねぎ しろねぎ たまねぎ キャベツ もやし しょうが	ごはん さとう でんぶん ゼリー	やさいジュース かし
11 火	ごはん ギゆうにゆう いかだんこのスープ こめこチキンナゲット ちゅうかあえ むらさきいもチップス	ギゆうにゆう いかだんご チキンナゲット	たまねぎ にんじん きくらげ チンゲンサイ もやし 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 むらさきいもチップス	ドーナッツ
12 水	うどん ギゆうにゆう ごもくうどんのしる ハンバーグのおろしソース ひじきとツナのにも	ギゆうにゆう とりにく あぶらあげ ハンバーグ ひじき まぐろあぶらづけ	にんじん チンゲンサイ はねぎ しろねぎ しめじ しいたけ だいこん とうもろこし	うどん さとう でんぶん	オレンジ かし
13 木	ごはん ギゆうにゆう はちはいじる ヒレカツ こまつなのごまあえ たくじょうソース	ギゆうにゆう とうふ あぶらあげ ちくわ ひとくちカツ	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 こまつな もやし	ごはん なたねあぶら ごま さとう	5がついろのデザート かし
14 金	スライスパン ギゆうにゆう オニオンスープ とりにくのカレーやき アスパラガスのサラダ りんごジャム たくじょうコーンクリームドレッシング	ギゆうにゆう ベーコン とりにくのカレーやき	にんじん たまねぎ キャベツ チンゲンサイ とうもろこし ローストオニオン グリーンアスパラガス	スライスパン じゃがいも ドレッシング ジャム	ヨーグルト
15 土	クロワッサン ギゆうにゆう オレンジ	ギゆうにゆう	オレンジ	クロワッサン	
17 月	ごはん ギゆうにゆう とうふスープ チャブチェ れいとうみかん	ギゆうにゆう とうふ かまぼこ ギゆうにく	たまねぎ にんじん きくらげ チンゲンサイ たけのこ はねぎ しろねぎ しいたけ にんにく みかん	ごはん はるさめ さとう ごまあぶら ごま こめあぶら	フルーツゼリー
18 火	むぎごはん ギゆうにゆう ミネストローネ れんこんサンドフライ えびピラフのぐ	ギゆうにゆう ベーコン れんこんサンドフライ えび	たまねぎ にんじん キャベツ トマト とうもろこし マッシュルーム グリンピース	むぎごはん ライスマカロニ なたねあぶら オリーブオイル	ヨーグルトあえ
19 水	あいちのツイストパン ギゆうにゆう とりにくとやさいのスープに チーズいりオムレツ はるいろゼリー	ギゆうにゆう とりにく チーズオムレツ	にんじん たまねぎ キャベツ しめじ バイナップル	あいちのツイストパン じゃがいも ゼリー ファイバーゼリー	バナナ かし
20 木	ごはん ギゆうにゆう ぶたにくとやさいのきんぴら さばのみそに もやしとほうれんそうのおひたし	ギゆうにゆう ぶたにく さばのみそに	しょうが にんじん たけのこ こんにやく ごぼう れんこん もやし ほうれんそう	ごはん じゃがいも ごま さとう	ミニプリン かし
21 金	ごくごはん ギゆうにゆう ハヤシチュー ごぼうとだいずのサラダ たくじょうごまドレッシング ココアギゆうにゆうのもと	ギゆうにゆう ギゆうにく だっしふんにゆう だいず	たまねぎ にんじん グリンピース ごぼう とうもろこし	ごくごはん じゃがいも ハヤシルウ さとう ドレッシング ココアギゆうにゆうのもと	ぶどうジュース ラスク
22 土	ディナーロールパン ギゆうにゆう バナナ	ギゆうにゆう	バナナ	ディナーロールパン	
24 月	ごはん ギゆうにゆう こうやどうふのいりに ゆかりあえ こめこいかフライのレモンに	ギゆうにゆう こうやどうふ とりにく はんぺん いかフライ	こんにやく にんじん さやいんげん レモンかじゅう キャベツ あかじそ	ごはん さといも さとう なたねあぶら	こめこタルト
25 火	むぎごはん ギゆうにゆう はっほうさい コーンしゅうまい 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	ギゆうにゆう ぶたにく いか コーンしゅうまい	たまねぎ ほうさい にんじん チンゲンサイ たけのこ きくらげ きりぼしだいこん きゅうり	むぎごはん でんぶん さとう ドレッシング	オレンジ かし
26 水	わかめごはん ギゆうにゆう しらすほしりかきたまじる しろごまつくね いためれんこんサラダ たくじょうノンエッグマヨネーズ ファイバーヨーグルト	ギゆうにゆう たまご しらすほしり とうふ つくね ヨーグルト	こまつな にんじん はねぎ しろねぎ しいたけ れんこん とうもろこし	わかめごはん でんぶん ごまあぶら ノンエッグマヨネーズ	やさいジュース かし
27 木	ソフトめん ギゆうにゆう カレーソース やさいソテー こざかな	ギゆうにゆう ぶたにく だっしふんにゆう ベーコン こざかな	たまねぎ にんじん キャベツ グリンピース もやし	ソフトめん じゃがいも カレールウ ごまあぶら	りんごジュース ふかしいも
28 金	ごはん ギゆうにゆう ふだまじる とりにくのごまよごし キャベツのふくじんづけあえ	ギゆうにゆう かまぼこ とりにく	チンゲンサイ にんじん えのきたけ キャベツ ふくじんづけ	ごはん ふ でんぶん なたねあぶら さとう ごま	はっこうにゆう かし
29 土	クロワッサン ギゆうにゆう バナナ	ギゆうにゆう	バナナ	クロワッサン	
31 月	ごはん ギゆうにゆう なまあげのちゅうかに ショーロンポー くきわかめいりサラダ たくじょうあおじそドレッシング	ギゆうにゆう ぶたにく なまあげ ショーロンポー くきわかめ	キャベツ たまねぎ たけのこ にんじん きくらげ もやし きゅうり	ごはん さとう ごまあぶら でんぶん	さつまいもムース 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	597	21.9	365
低年齢児	474	16.2	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。