



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 とどのえるたべもの 〈くみどりいろ〉	ねつやちからになる たべもの 〈きいろ〉	お や つ
1 水	ごはん ぎゅうにゅう はちはいじる ぶたどんぐり れいとうみかん	ぎゅうにゅう どうふ あぶらあげ ぶたにく	にんじん ごぼう だいこん はねぎ しろねぎ しいたけ たまねぎ こんにやく みかん	ごはん さとう	ミニプリン かし
2 木	ごはん ぎゅうにゅう マーボービーフンズ ショーロンポー ちゅうかあえ たくじょうちゅうかふうドレッシング	ぎゅうにゅう どうふ ぶたにく だいたず あかみそ ショーロンポー きわかめ	にんじん たまねぎ はねぎ しろねぎ しょうが にんにく もやし キャベツ	ごはん さとう でんぶん こめあぶら ドレッシング	こめこタルト
3 金	ごはん ぎゅうにゅう しおちゃんこ さといもコロッケ いりこふりかけ アセロラミニゼリー	ぎゅうにゅう どうふ とりにくだんご しらすぼし かつおぶし しおこんぶ	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	ごはん さといもコロッケ なたねあぶら ごま さとう ゼリー	はっこうにゅう かし
4 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	
6 月	むぎごはん ぎゅうにゅう ちゅうかはんのぐ あげぎょうざ かんでんサラダ 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 いか ぎょうざ かんでん	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 きゅうり とうもろこし	むぎごはん さとう でんぶん ごまあぶら なたねあぶら	ヨーグルト
7 火	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとやさいのしょうがに しのだのみそかけ ポイルキャベツ たくじょうあまみそ	ぎゅうにゅう ぶたにく けんちんしのだ あまみそ	こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん しょうが キャベツ	ごはん じゃがいも さとう	やさいジュース かし
8 水	わかめごはん ぎゅうにゅう きのこじる かれいフライ はくさいとこまつなのおひたし たくじょうソース	ぎゅうにゅう とりにく かれいフライ	にんじん はねぎ しろねぎ えのきたけ しめじ しいたけ はくさい こまつな	わかめごはん さとう なたねあぶら	アイスクリーム
9 木	ラーメン ぎゅうにゅう かんとんふうラーメンのしる つくね まめこサラダ かたぬきチーズ 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 つくね だいたず ひよこまめ かたぬきチーズ	はくさい もやし にんじん はねぎ しろねぎ メンマ きくらげ キャベツ えだまめ	ラーメン でんぶん ノンエッグマヨネーズ	カクテルゼリー
10 金	こめこパン(こむぎいり) ぎゅうにゅう さつまいもポターージュ やきソーセージ あおパイアのサラダ たくじょうコンクリーモードドレッシング	ぎゅうにゅう とりにく ソーセージ	たまねぎ マッシュルーム あおパイア きゅうり とうもろこし	こめこパン(こむぎいり) さつまいも ホワイトルウ なまクリーム ドレッシング	バナナ かし
11 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	
13 月	ごはん ぎゅうにゅう さつまじる こめいかフライのレモンに キャベツのごまゆかり	ぎゅうにゅう とりにく むぎみそ あかみそ いかフライ	こんにやく にんじん ごぼう チンゲンサイ たまねぎ だいこん レモンかじゅう キャベツ あかじそ しいたけ	ごはん ごま なたねあぶら さとう	フルーツゼリー
14 火	ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる さばのぎんがみやき いそかあえ	ぎゅうにゅう とりにく さばのぎんがみやき のり	にんじん だいこん はねぎ しろねぎ ごぼう もやし チンゲンサイ こんにやく	ごはん さといも でんぶん さとう	りんごジュース ラスク
15 水	クロスロールパン ぎゅうにゅう ソーセージとやさいのトマトスープ わかどりのハーブやき カラフルマリネ	ぎゅうにゅう ソーセージ わかどりのハーブやき	にんじん たまねぎ トマト チンゲンサイ キャベツ きゅうり あかいろパブリカ とうもろこし レモンかじゅう	クロスロールパン さとう じゃがいも オリーブオイル	オレンジ かし
16 木	ロウカットげんまいごはん ぎゅうにゅう なつやさいのカレー あじのフリッター ファイバーゼリーのフルーツあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ だっしふんにゅう あじのフリッター	なす ピーマン たまねぎ かぼちゃ トマト みかん パイナップル	ロウカットげんまいごはん カールルウ なたねあぶら ファイバーゼリー	ふかしいも
17 金	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいもそばろに やさいふりかけ ほうれんそういりたまごやき キャベツのかおりあえ	ぎゅうにゅう とりにく はんぺん ほうれんそういりたまごやき	こんにやく たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ あおじそ やさいふりかけ	ごはん じゃがいも さとう	ぶどうジュース こめコマフィン
18 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	バナナ	クリームスティックパン	
21 火	わかめごはん ぎゅうにゅう つきなじる ミンチカツ ごぼうとえだまめのサラダ たくじょうごまドレッシング つきみゼリー	ぎゅうにゅう かまぼこ ミンチカツ	にんじん こまつな だいこん ごぼう とうもろこし えだまめ	わかめごはん さといも なたねあぶら さとう ドレッシング ゼリー	なし かし
22 水	ごはん ぎゅうにゅう かきたまじる いわしのしょうがに もやしとぎゅうりのあえもの	ぎゅうにゅう たまご どうふ いわしのしょうがに	にんじん チンゲンサイ たまねぎ しいたけ もやし きゅうり	ごはん でんぶん さとう	パンケーキ
24 金	うどん ぎゅうにゅう ごもくうどんのしる こまつなごまあえ こめこししゃもフライのこうみソースかけ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ししゃもフライ	にんじん チンゲンサイ しいたけ はねぎ しろねぎ レモンかじゅう こまつな もやし	うどん さとう ごま なたねあぶら	やさいジュース かし
25 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	
27 月	むぎごはん ぎゅうにゅう ワンタンスープ ビビンバのぐ きんしたまご ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく きんしたまご ヨーグルト	はくさい にんじん きくらげ メンマ しいたけ もやし にんにく たら チンゲンサイ	むぎごはん ワンタンのかわ さとう こめあぶら ごま ごまあぶら	とうにゅうジュース かし
28 火	ごはん ぎゅうにゅう とうにゅういりみそしる さわらのみぞれに きゅうりとわかめのすのもの さつまいもスティック	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ しろみそ とうにゅう わかめ さわらのみぞれに	にんじん はくさい きゅうり えのきたけ はねぎ しろねぎ	ごはん ごま さとう さつまいもスティック	チーズむしケーキ
29 水	ごはん ぎゅうにゅう えびとこうやどうふのうまに チキンたつたあげ キャベツのなめたけあえ	ぎゅうにゅう えび ちくわ こうやどうふ チキンたつたあげ	たまねぎ にんじん たけのこ さやいんげん しいたけ チンゲンサイ キャベツ ためたけ	ごはん さとう でんぶん なたねあぶら	さつまいもムース かし
30 木	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 やさいのあますあえ ハンバーグのいちじくソースかけ コーヒーぎゅうにゅうのもと	ぎゅうにゅう ベーコン ハンバーグ	たまねぎ にんじん キャベツ チンゲンサイ レモンかじゅう	サンドイッチパンズパン おおむぎ ジャム さとう コーヒーぎゅうにゅうのもと	きらきらかん

※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	602	22.6	370
低年齢児	478	16.5	251



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。