



1 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＞	からだのちようしを 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
6 木	こめこパン(こむぎいり) ぎゅうにゅう いかのトマトに げんきツナサラダ かたぬきチーズ	ぎゅうにゅう ミートボール いか まぐろあぶらづけ かつおぶし かたぬきチーズ	たまねぎ さやいんげん にんじん キャベツ きゅうり とうもろこし	こめこパン (こむぎいり) じゃがいも さとう こめあぶら	とうにゅうジュース かし
7 金	ごこくごはん ぎゅうにゅう ななくさいりとりだんごじる あなごめしのぐ きんしたまご いちごヨーグルト	ぎゅうにゅう なまあげ とりにくだんご あなご きんしたまご ヨーグルト	だいこん かぶ にんじん はくさい こまつな ほうれんそう せり	ごこくごはん でんぷん さとう	いよかん かし
8 土	クリームスティックパン ぎゅうにゅう りんご	ぎゅうにゅう	りんご	クリームスティックパン	
11 火	ごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのいりに コーンフライ のりずあえ	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく のり	しいたけ こんにやく にんじん さやいんげん キャベツ もやし	ごはん さといも さとう コーンフライ ごま なたねあぶら	とうにゅうデザート かし
12 水	ごはん ぎゅうにゅう マーボーだいこん にんじんいりしゅうまい かんてんサラダ たくじょうちゅうかふうドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あかみそ かんてん にんじんいりしゅうまい	だいこん 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 きゅうり とうもろこし	ごはん さとう でんぷん ドレッシング	ストロベリームース かし
13 木	スライスパン ぎゅうにゅう コンソメスープ れんこんサンドフライ はなやさいのサラダ りんごジャム たくじょうノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ベーコン れんこんサンドフライ	たまねぎ にんじん ブロッコリー カリフラワー とうもろこし	スライスパン じゃがいも なたねあぶら ジャム ノンエッグマヨネーズ	やさいジュース ふかしいも
14 金	ごはん ぎゅうにゅう ちくぜんに さばのみぞれに こまつなごまあえ	ぎゅうにゅう とりにく かくあげ さばのみぞれに	こんにやく ごぼう れんこん たけのこ にんじん しいたけ さやいんげん こまつな もやし	ごはん さといも さとう ごま	パンケーキ
15 土	クロワッサン ぎゅうにゅう いよかん	ぎゅうにゅう	いよかん	クロワッサン	
17 月	ごはん ぎゅうにゅう にみそ ごもくあつやきたまご アーモンドあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく はんぺん あかみそ ごもくあつやきたまご	だいこん にんじん こんにやく ねぎ ほうれんそう キャベツ	ごはん さといも さとう アーモンド	フルーツミックスジュース かし
18 火	むぎごはん ぎゅうにゅう すましじる にぎすフライ したじめしのぐ たくじょうソース むらさきいもチップス	ぎゅうにゅう かまぼこ にぎすフライ とりにく あぶらあげ	たけのこ ほうれんそう にんじん えのきたけ ごぼう こんにやく しいたけ	むぎごはん なたねあぶら さとう むらさきいもチップス	やさいゼリー
19 水	きしめん ぎゅうにゅう ごもくきしめんのしる こめこかきあげ れんこんのかおりあえ	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ あぶらあげ	こまつな にんじん はねぎ しろねぎ しいたけ れんこん こめこかきあげ あおじそ	きしめん さとう	むしパン
20 木	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものしろみそしる えびカツ になます	ぎゅうにゅう とりにく わかめ しろみそ えびカツ	にんじん はくさい チンゲンサイ だいこん	ごはん じゃがいも なたねあぶら さとう	ミニいまがわやき
21 金	こがたロールパン ぎゅうにゅう わふうスパゲティ やきソーセージ カラフルゼリー	ぎゅうにゅう ソーセージ まぐろあぶらづけ	たまねぎ にんじん ピーマン しいたけ	こがたロールパン スパゲティ こめあぶら ファイバーゼリー あおりんごゼリー いちご・ブルーベリーゼリー	みかん かし
22 土	ピンキーパン ぎゅうにゅう パナナ	ぎゅうにゅう	パナナ	ピンキーパン	
24 月	わかめごはん ぎゅうにゅう まめじゃが おこのみやきはんぺん もやしときゅうりのあえもの	ぎゅうにゅう ぶたにく 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 もやし にんじん さやいんげん きゅうり	わかめごはん じゃがいも さとう でんぷん	やさいジュース こめこマフィン
25 火	ロウカットげんまいごはん ぎゅうにゅう キーマカレー やさいソテー いよかん	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず ベーコン	にんじん あかいろパプリカ グリーンピース たまねぎ にんにく しょうが キャベツ とうもろこし いよかん	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	ミニプリン ラスク
26 水	ごはん ぎゅうにゅう ひきずり かぼちゃのてんぷら きゅうりのごまじょうゆあえ	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ なまあげ	こんにやく はくさい ねぎ にんじん かぼちゃのてんぷら きゅうり	ごはん さとう ごま なたねあぶら ごまあぶら	りんごジュース かし
27 木	サンドイッチバンズパン ぎゅうにゅう かぶのシチュー サワーキャベツ ハンバーグのいちじくソースかけ	ぎゅうにゅう ベーコン だっしふんにゅう ハンバーグ	にんじん たまねぎ かぶ グリーンピース キャベツ レモンかじゅう	サンドイッチバンズパン ライスマカロニ ジャム ホワイトルウ さとう	おにまん
28 金	ごはん ぎゅうにゅう なまあげのちゅうかに はるまき 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	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ はるまき 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 でんぷん ごまあぶら なたねあぶら	はっこうにゅう かし
29 土	クロワッサン ぎゅうにゅう みかん	ぎゅうにゅう	みかん	クロワッサン	
31 月	むぎごはん ぎゅうにゅう こんさいのごまじる ミンチカツ いりこふりかけ	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ むぎみそ ミンチカツ しらすぼし かつおぶし しおこんぶ	ごぼう れんこん にんじん だいこん はねぎ しろねぎ	むぎごはん ごま なたねあぶら さとう	ヨーグルト

※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	613	22.2	372
低年齢児	489	16.5	258



不要になったら、リサイクルへ
雑誌がみとして出してください。

4日(火)、5日(水)は弁当持ちになります。おやつは園で用意します。