



# 5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
2月	ごはん ぎゆうにゆう わかたけじる ヒレカツ おひたし たくじょうトンカツソース かしわもち	ぎゆうにゆう とりにく わかめ ヒレカツ	にんじん たけのこ はねぎ しろねぎ えのきたけ もやし チンゲンサイ	ごはん なたねあぶら さとう かしわもち	やさいジュース かし
6金	ごこごはん ぎゆうにゆう ひきにくカレー コーンフライ レモンサラダ	ぎゆうにゆう とりにく チーズ だっしふんにゆう	たまねぎ にんじん キャベツ グリーンピース きゅうり レモンかじゅう	ごこごはん じゃがいも カレーウ コーンフライ なたねあぶら さとう オリブオイル	フルーチェ
7土	クロワッサン ぎゆうにゆう オレンジ	ぎゆうにゆう	オレンジ	クロワッサン	
9月	ごはん ぎゆうにゆう こうやどうふのいりに ごもくあつやきたまご チンゲンサイのごまあえ	ぎゆうにゆう こうやどうふ ごもくあつやきたまご とりにく	こんにやく にんじん もやし きやいんげん チンゲンサイ	ごはん さとも さとう ごま	やさいゼリー
10火	ごはん ぎゆうにゆう なまあげのちゆうかに えびしゆうまい かいそうサラダ たくじょうごまドレッシング	ぎゆうにゆう ぶたにく なまあげ えびしゆうまい かいそう	キャベツ たまねぎ たけのこ にんじん きくらげ きゅうり とうもろこし	ごはん さとう ごまあぶら でんぶん ドレッシング	フルーツミックスジュース パンケーキ
11水	ソフトめん ぎゆうにゆう だいずいりミートソース カラフルソー りんごミニゼリー	ぎゆうにゆう ぶたにく だいず だっしふんにゆう まぐるあぶらづけ	たまねぎ にんじん ビーマン グリーンピース とうもろこし キャベツ あかいりパブリカ	ソフトめん じゃがいも ハヤシルウ さとう こめあぶら ゼリー	バナナ かし
12木	サンドイッチロールパン ぎゆうにゆう あさりのチャウダー やきソーセージ やさいのあまずあえ たくじょうケチャップ ココアぎゆうにゆうのもと	ぎゆうにゆう あさり だっしふんにゆう ソーセージ	たまねぎ にんじん キャベツ	サンドイッチロールパン じゃがいも ホワイトルウ バター さとう ココアぎゆうにゆうのもと	ヨーグルトあえ
13金	ごはん ぎゆうにゆう すましじる とりにくのあまがらめ のりすあえ	ぎゆうにゆう とうふ かまぼこ とりにく のり	ほうれんそう にんじん えのきたけ キャベツ もやし	ごはん でんぶん さとう なたねあぶら ごま	ミニプリン かし
14土	クリームスティックパン ぎゆうにゆう オレンジ	ぎゆうにゆう	オレンジ	クリームスティックパン	
16月	ごはん ぎゆうにゆう じゃがいものしろみそする おこのみやきはんべん たけのごはんのぐ ぶどうゼリー	ぎゆうにゆう なまあげ わかめ しろみそ とりにく おこのみやきはんべん かつおぶし	にんじん しめじ たけのこ チンゲンサイ しいたけ	ごはん じゃがいも さとう でんぶん ぶどうゼリー	やさいジュース かし
17火	ごはん ぎゆうにゆう はっぽうさい はるまき もやしサラダ たくじょうあおじそドレッシング	ぎゆうにゆう ぶたにく いか はるまき きわかめ	たまねぎ にんじん はくさい たけのこ もやし きくらげ チンゲンサイ とうもろこし	ごはん でんぶん さとう なたねあぶら	ワッフル
18水	スライスパン ぎゆうにゆう ミネストローネ とりにくのカレーやき あおパイアのサラダ いちごジャム たくじょうコーンクリームドレッシング	ぎゆうにゆう ベーコン とりにくのカレーやき	たまねぎ にんじん トマト キャベツ あおパイア きゅうり とうもろこし	スライスパン ドレッシング ライスマカロニ ジャム オリブオイル	ごがついろのデザート かし
19木	ごはん ぎゆうにゆう おやこに いわしのしょうがに きゅうりのかおりあえ	ぎゆうにゆう とりにく たまご いわしのしょうがに	たまねぎ にんじん きゅうり きやいんげん あおじそ	ごはん じゃがいも さとう	はっこうにゆう ラスク
20金	むぎごはん ぎゆうにゆう ハヤシチュー こめこチキンナゲット コーンサラダ たくじょうかんきつドレッシング	ぎゆうにゆう ぶたにく だっしふんにゆう チキンナゲット	たまねぎ にんじん キャベツ グリーンピース きゅうり とうもろこし	むぎごはん じゃがいも ハヤシルウ なたねあぶら ドレッシング	オレンジ かし
21土	ピンキーパン ぎゆうにゆう バナナ	ぎゆうにゆう	バナナ	ピンキーパン	
23月	ごはん ぎゆうにゆう じゃがいものそばろに さばのおかかに きゅうりのこんぶあえ	ぎゆうにゆう とりにく さばのおかかに しおこんぶ	こんにやく たまねぎ にんじん グリンピース きゅうり	ごはん じゃがいも さとう	こめこタルト
24火	ごはん ぎゆうにゆう ちゃんこに しのたのみそかけ ポイルキャベツ たくじょうあまみそ	ぎゆうにゆう あまみそ とりにくだんご けんちんしのだ	もやし にんじん ごぼう にら こんにやく キャベツ	ごはん さとう	ヨーグルト
25水	ごはん ぎゆうにゆう とうふスープ ブルコギ れいとうみかん	ぎゆうにゆう とうふ かまぼこ ぶたにく	チンゲンサイ もやし みかん にんじん きくらげ たまねぎ しいたけ にんにく あかいりパブリカ	ごはん こめあぶら さとう ごまあぶら	とうにゆうジュース かし
26木	うどん ぎゆうにゆう カレーうどんのしる アスパラガスのサラダ こめこホキフライのレモンに たくじょうノンエッグマヨネーズ	ぎゆうにゆう とりにく あぶらあげ こめこホキフライ	にんじん たまねぎ はねぎ しろねぎ レモンかじゅう グリーンアスパラガス キャベツ とうもろこし	うどん カレーウ さとう でんぶん なたねあぶら ノンエッグマヨネーズ	ふかしいも
27金	あいちのツイストパン ぎゆうにゆう オニオンスープ チキンハンバーグのトマトソースかけ アセロラジュレのフルーツあえ	ぎゆうにゆう ベーコン ハンバーグ	にんじん たまねぎ トマト とうもろこし パイナップル ローストオニオン もも	あいちのツイストパン じゃがいも さとう アセロラジュレ	りんごジュース かし
28土	クロワッサン ぎゆうにゆう バナナ	ぎゆうにゆう	バナナ	クロワッサン	
30月	むぎごはん ぎゆうにゆう マーボービーゼンズ もちごめむし あおなのナムル	ぎゆうにゆう もちごめむし とうふ ぶたにく だいず あかみそ	にんじん たまねぎ はねぎ しろねぎ しょうが にんにく チンゲンサイ キャベツ	むぎごはん さとう でんぶん こめあぶら ごま ごまあぶら	さつまいもムース かし
31火	わかめごはん ぎゆうにゆう さわにわん あじのなんばんづけ ゆかりあえ ファイバーヨーグルト	ぎゆうにゆう ぶたにく あじのからあげ ヨーグルト	にんじん たけのこ ごぼう チンゲンサイ しいたけ はねぎ しろねぎ キャベツ あかじそ	わかめごはん でんぶん 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	603	21.9	351
低年齢児	480	15.9	225



**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。