



6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 <あかい色>	からだのちようしを とのえるたべもの <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	むぎごはん ぎゅうにゅう わかめスープ ビビンバのぐ きんしたまご かたぬきチーズ	ぎゅうにゅう きんしたまご わかめ かまぼこ ぶたにく かたぬきチーズ	たまねぎ にんじん しいたけ とうもろこし にんにく もやし チンゲンサイ	むぎごはん でんぶ さとう こめあぶら ごま ごまあぶら	フルーツミックスジュース かし
2 木	スライスパン ぎゅうにゅう ファイバースープ ポイルソーセージ コールスロー いちじくジャム たくじょうコールスロードレッシング	ぎゅうにゅう とりにく ソーセージ	たまねぎ にんじん チンゲンサイ キャベツ とうもろこし	スライスパン じゃがいも おおむぎ ドレッシング ジャム	カクテルゼリー
3 金	ごはん ぎゅうにゅう ぶたじる ごぼうコロケ さやいんげんのごまあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ わかめ あかみそ	たまねぎ だいこん にんじん こまつな さやいんげん キャベツ	ごはん コロケ ごま なたねあぶら さとう	こめこスイートポテト
4 土	ディナーロールパン ぎゅうにゅう パナナ	ぎゅうにゅう	パナナ	ディナーロールパン	
6 月	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとやさいのしょうがに さばのぎんがみやき キャベツのごまゆかり	ぎゅうにゅう ぶたにく さばのぎんがみやき	こんにやく さやいんげん たまねぎ にんじん しょうが キャベツ あかじそ	ごはん じゃがいも さとう ごま	やさいジュース かし
7 火	ごはん ぎゅうにゅう なまあげのオイスターソースいため かにしゅうまい もやしのナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ かにしゅうまい	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 きゅうり	ごはん さとう でんぶ ごまあぶら	オレンジ かし
8 水	ごはん ぎゅうにゅう かきたまじる チキンたつたあげ ごまきゅうり	ぎゅうにゅう たまご かまぼこ チキンたつたあげ	にんじん チンゲンサイ しいたけ きゅうり	ごはん じゃがいも ごま でんぶ なたねあぶら	ぶどうジュース ラスク
9 木	ロウカットげんまいごはん ぎゅうにゅう チキンカレー やさいソテー れいとうみかん	ぎゅうにゅう とりにく チーズ だっしふんにゅう ベーコン	たまねぎ にんじん キャベツ グリーンピース とうもろこし ズッキーニ みかん	ロウカットげんまいごはん じゃがいも カレールウ	パンケーキ
10 金	きしめん ぎゅうにゅう ごもきしめんのしる こめこしやもフライのあまずかけ キャベツとアスパラのそくせきづけ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ししやもフライ しおこんぶ	にんじん こまつな しめじ しいたけ キャベツ グリーンアスパラガス	きしめん さとう なたねあぶら	りんごジュース 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 とうにゅういりみそしる いわしのうめに いそかあえ	ぎゅうにゅう なまあげ とうにゅう しろみそ いわしのうめに のり	にんじん えのきたけ チンゲンサイ キャベツ もやし	ごはん じゃがいも さとう	フルーツゼリー
14 火	わかめごはん ぎゅうにゅう けんちんじる たこのからあげ こまつなのおひたし いちごヨーグルト	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ たこのからあげ ヨーグルト	こんにやく にんじん ごぼう だいこん はねぎ しろねぎ こまつな もやし	わかめごはん さとも ごまあぶら なたねあぶら さとう	ふかしいも
15 水	ごはん ぎゅうにゅう えびとこうやどうふのうまに きんぴらにくだんご きゅうりのふくじんづけあえ	ぎゅうにゅう えび ちくわ こうやどうふ きんぴらにくだんご	たまねぎ にんじん しいたけ さやいんげん きゅうり ふくじんづけ	ごはん さとも さとう でんぶ	ベルギーワッフル
16 木	ごはん ぎゅうにゅう ホイコーロー あげぎょうざ くきわかめいりちゅうかあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく あかみそ ぎょうざ くきわかめ	キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ ピーマン しょうが にんにく もやし とうもろこし	ごはん さとう でんぶ なたねあぶら ごまあぶら	あんんにんプリン かし
17 金	こめこパン(こむぎいり) ぎゅうにゅう ポークビーンズ チーズいりオムレツ 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 だっし チーズいりオムレツ	たまねぎ にんじん みかん グリーンピース バイナップル	こめこパン(こむぎいり) じゃがいも さとう ファイバーゼリー	とうにゅうジュース かし
18 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	
20 月	ごはん ぎゅうにゅう ふたまじる こめこいかフライのレモンに アーモンドあえ	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ いかフライ	にんじん えのきたけ こまつな レモンかじゅう チンゲンサイ キャベツ	ごはん ふ なたねあぶら さとう アーモンド	はっこうにゅう かし
21 火	ごはん ぎゅうにゅう まめじゃが さわらのしょうがやき きゅうりとわかめのすのもの	ぎゅうにゅう ぶたにく だっし わかめ さわらのしょうがやき	こんにやく たまねぎ にんじん たけのこ さやいんげん きゅうり	ごはん じゃがいも さとう	アイスクリーム
22 水	むぎごはん ぎゅうにゅう なすのみそしる ミンチカツ ひじきとじゃこのふりかけ むらさきいもチップス	ぎゅうにゅう ミックスみそ あぶらあげ ミンチカツ とうふ しらすほし ひじき まぐろあぶらづけ かつおぶし	にんじん えのきたけ なす はねぎ しろねぎ ピーマン	むぎごはん なたねあぶら さとう むらさきいもチップス	ヨーグルト
23 木	ごはん ぎゅうにゅう はちはいじる たけのこのごまいため あいちけんさんしょくさいりあつやきたまご がまごおりみかんゼリー	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ あつやきたまご	こんにやく にんじん だいこん こまつな しいたけ たけのこ きいろパプリカ	ごはん ごまあぶら ごま ゼリー	やさいジュース かし
24 金	サンドイッチパンズパン ぎゅうにゅう コーンスープ てりやきハンバーグ みどりキャベツ	ぎゅうにゅう とりにく 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 キャベツ きゅうり	サンドイッチパンズパン じゃがいも ホワイトルウ さとう でんぶ	パナナ かし
25 土	ピンキーパン ぎゅうにゅう オレンジ	ぎゅうにゅう	オレンジ	ピンキーパン	
27 月	むぎごはん ぎゅうにゅう ちゅうかはんのぐ ショーロンポー まりほしだいのちゅうかサラダ たくじょうちゅうかふうドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく いか ショーロンポー	にんじん たけのこ キャベツ たまねぎ チンゲンサイ きくらげ きりほしだいこん きゅうり	むぎごはん さとう でんぶ ごまあぶら ドレッシング	こめこタルト
28 火	ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにくとじゃがいものきんぴら めひかりフライ アセロラミニゼリー もやしときゅうりのあえもの	ぎゅうにゅう ぎゅうにく めひかりフライ	しょうが にんじん たけのこ こんにやく ごぼう ピーマン もやし きゅうり	ごはん じゃがいも ごま さとう なたねあぶら ゼリー	オレンジ かし
29 水	ソフトめん ぎゅうにゅう カレーソース カラフルマリネ こぎかな	ぎゅうにゅう ぶたにく だっしふんにゅう こぎかな	たまねぎ にんじん キャベツ グリーンピース とうもろこし あかいパプリカ きゅうり レモンかじゅう	ソフトめん じゃがいも カレールウ さとう オリブオイル	ミニプリン かし
30 木	クロワッサン ぎゅうにゅう キャベツのツナに たくじょうコーンクリームドレッシング わかどりのマーマレードやき ごぼうとえだまめのサラダ	ぎゅうにゅう まぐろあぶらづけ わかどりのマーマレードやき	キャベツ たまねぎ にんじん ごぼう とうもろこし えだまめ	クロワッサン じゃがいも さとう ドレッシング	フルーチェ

※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	604	22.4	361
低年齢児	483	16.4	236



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。