



7がつこन्द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न्द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 とどえるたべもの ＜みどり＞	ねつやちからになる たべもの ＜きいろ＞	おやつ
1 金	わかめごはん ぎゆうにゆう こうやどうふのいりに ピーチミニゼリー かれないのからあげやさいあんかけ	ぎゆうにゆう こうやどうふ とりにつく かれないのからあげ	こんにやく にんじん きやいんげん たまねぎ しいたけ	わかめごはん じゃがいも さとう なたねあぶら でんぶん ゼリー	はっこうにゆう かし
2 土	スナックロールパン ぎゆうにゆう パナナ	ぎゆうにゆう	バナナ	スナックロールパン	
4 月	ごはん ぎゆうにゆう かぼちゃとなすのみそしる さばのおかかにならずあえ	ぎゆうにゆう なまあげ ミックスみそ のり さばのおかかにならず	かぼちゃ にんじん なす しめじ キャベツ もやし	ごはん さとう	とうにゆうジュース かし
5 火	ごはん ぎゆうにゆう にらたまスープ いかのこうみあげ たけのこのオイスターソースいため	ぎゆうにゆう ベーコン たまご いかのこうみあげ	チンゲンサイ にんじん にら きくらげ たけのこ もやし あかいりパブリカ	ごはん はるさめ でんぶん なたねあぶら こめあぶら さとう	アイスクリーム
6 水	ごはん ぎゆうにゆう さいのものをほるに たらのぎんがみやき こまつなのごまあえ	ぎゆうにゆう とりにつく たらのぎんがみやき	しいたけこんにやく たまねぎ にんじん こまつな きやいんげん もやし	ごはん さといも さとう ごま	ヨーグルト
7 木	ごはん ぎゆうにゆう たなばたじる しそきゅうり おほしさまハンバーグのてりやきソースかけ たなばたゼリー	ぎゆうにゆう かまぼこ ハンバーグ	にんじん オクラ しいたけ チンゲンサイ きゅうり あかじそ	ごはん そうめん さとう でんぶん ゼリー	ずいか
8 金	スライスパン ぎゆうにゆう シーフードスープ こめこチキンナゲット コールスロー いちごジャム たくじょうコールスロードレッシング	ぎゆうにゆう あさり いか チキンナゲット	にんじん たまねぎ キャベツ チンゲンサイ きゅうり	スライスパン じゃがいも さとう こめあぶら なたねあぶら ジャム ドレッシング	フルーツミックスジュース かし
9 土	ピンキーパン ぎゆうにゆう オレンジ	ぎゆうにゆう	オレンジ	ピンキーパン	
11 月	むぎごはん ぎゆうにゆう ぶたにくとやさいのほそぎりいため えだまめコロッケ いりこふりかけ	ぎゆうにゆう ぶたにく しらすばし かつおぶし しおこんぶ	キャベツ にんじん ピーマン たけのこ きくらげ しょうが にんにく	むぎごはん さとう こめあぶら でんぶん えだまめコロッケ ごま なたねあぶら	パンケーキ
12 火	ごはん ぎゆうにゆう なまあげのちゆうかになくだんご かいそうサラダ 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 なまあげ にくだんご 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 でんぶん こめあぶら	いちごムース かし
13 水	ごはん ぎゆうにゆう とうがんじる しのだのみそかけ ポイルキャベツ たくじょうあまみそ	ぎゆうにゆう とりにつく けんちんしのだ あまみそ	とうがん にんじん こまつな しいたけ キャベツ	ごはん でんぶん	とうにゆうデザート かし
14 木	ラーメン ぎゆうにゆう とんこつラーメンのしる こめこホキフライ きゅうりのナムル	ぎゆうにゆう ぶたにく こめこホキフライ のり	キャベツ もやし はねぎ しろねぎ メンマ にんじん きゅうり	ラーメン なたねあぶら ごま ごまあぶら	きらきらかん
15 金	サンドイッチロールパン ぎゆうにゆう キャラットポターージュ やきソーセージ やさいのあまみそ たくじょうケチャップ	ぎゆうにゆう とりにつく だっしふんにゆう ソーセージ	にんじん たまねぎ キャベツ マッシュルーム とうもろこし	サンドイッチロールパン じゃがいも ホワイトルウ なまクリーム さとう	オレンジ かし
16 土	クロワッサン ぎゆうにゆう パナナ	ぎゆうにゆう	バナナ	クロワッサン	
19 火	ロウカットげんまいごはん ぎゆうにゆう なつやさいのカラー とうもろこし ツナとキャベツのソテー おたのしみ	ぎゆうにゆう とりにつく まぐるあぶらづけ おたのしみ	かぼちゃ ズッキーニ トマト たまねぎ なす キャベツ とうもろこし にんじん	ロウカットげんまいごはん カレールウ こめあぶら	やさいジュース ラスク
20 水	ごはん ぎゆうにゆう のつべいじる さわらのたつたあげ キャベツのなめたけあえ	ぎゆうにゆう とりにつく あぶらあげ さわらのたつたあげ	だいにん はねぎ しろねぎ こんにやく にんじん ごぼう チンゲンサイ キャベツ なめたけ	ごはん でんぶん なたねあぶら	ミニプリン かし
21 木	こがたロールパン ぎゆうにゆう やさいたつぷりやきそば ソーセージのケチャップに さつまいもスティック	ぎゆうにゆう ぶたにく ちくわ ソーセージ	キャベツ にんじん もやし たまねぎ マッシュルーム グリーンピース	こがたロールパン さとう ちゆうかめん こめあぶら さつまいもスティック	とうもろこし
22 金	ごはん ぎゆうにゆう かぼちゃのポトフ アメリカンドッグ カラフルピラフのぐ ココアぎゆうにゆうのもと	ぎゆうにゆう とりにつく アメリカンドッグ まぐるあぶらづけ	かぼちゃ キャベツ たまねぎ にんじん きいろパブリカ グリーンピース マッシュルーム	ごはん じゃがいも なたねあぶら ココアぎゆうにゆうのもと	りんごジュース かし
23 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	
25 月	むぎごはん ぎゆうにゆう なすいりマーボーどうふ にんじんしゅうまい 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	ぎゆうにゆう ぶたにく どうふ あかみそ にんじんしゅうまい くきわかめ	なす にんじん たけのこ きくらげ にんにく しょうが もやし きゅうり	むぎごはん さとう でんぶん	フルーツゼリー
26 火	りんごパン ぎゆうにゆう ミネストローネ とりにつくカレーやき あおパイアのサラダ 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 しろいんげんまめ とりにつくカレーやき	たまねぎ にんじん キャベツ トマト あおパイア きゅうり とうもろこし	りんごパン ライスマカロニ オリーブオイル ドレッシング	バナナ かし
27 水	ごはん ぎゆうにゆう ちゆうかうまに はるまき あおなのちゆうかあえ	ぎゆうにゆう ぶたにく えび はるまき	はくさい にんじん たけのこ きやいんげん きくらげ チンゲンサイ もやし	ごはん でんぶん さとう なたねあぶら ごま ごまあぶら	アイスクリーム
28 木	クロスロールパン ぎゆうにゆう オニオンスープ ツナいりオムレツ フルーツゼリー	ぎゆうにゆう ベーコン ツナいりオムレツ	にんじん たまねぎ もも とうもろこし バイナップル ローストオニオン	クロスロールパン ゼリー じゃがいも	はっこうにゆう ふかいも
29 金	ごはん ぎゆうにゆう じゃがいものしるみそしる いわしのしょうがに たくじょうノエッグマヨネーズ オクラとひじきのわふうサラダ	ぎゆうにゆう なまあげ しろみそ ひじき いわしのしょうがに	にんじん えのきたけ はねぎ しろねぎこんにやく オクラ とうもろこし	ごはん じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	やさいジュース かし
30 土	クロワッサン ぎゆうにゆう パナナ	ぎゆうぎゆう	バナナ	クロワッサン	

※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	596	22.2	385
低年齢児	476	16.4	256



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。