



9 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 とどのえるたべもの ＜みどりいろ＞	ねつやちからになる たべもの ＜きいろ＞	お や つ
1 木	ミルクロールパン ぎゅうにゆう ポークビーンズ ツナとやさいのソー コービーぎゅうにゆうのもと	ぎゅうにゆう ぶたにく だいず まぐろあぶらづけ	たまねぎ にんじん キャベツ グリーンピース もやし とうもろこし	ミルクロールパン さとう じゃがいも コービーぎゅうにゆうのもと	フルーツゼリー
2 金	ごはん ぎゅうにゆう きのことどうふのスープ はるまき あおなのナムル	ぎゅうにゆう とうふ えび はるまき	きくらげ えのきたけ はくさい にんじん キャベツ しいたけ チンゲンサイ	ごはん なたねあぶら ごま ごまあぶら	りんごジュース こめこスイートポテト
3 土	ピンキーパン ぎゅうにゆう パナナ	ぎゅうにゆう	パナナ	ピンキーパン	
5 月	わかめごはん ぎゅうにゆう おやこに いわしのうめに アーモンドあえ	ぎゅうにゆう とりにく たまご いわしのうめに	たまねぎ にんじん しょうが さやいんげん こまつな キャベツ	わかめごはん じゃがいも さとう アーモンド	アイスクリーム
6 火	ごはん ぎゅうにゆう じゃがいものみそしる チキンカツ みどりキャベツ たくじょうソース	ぎゅうにゆう なまあげ わかめ ミックスみそ チキンカツ	にんじん チンゲンサイ はねぎ しろねぎ キャベツ きゅうり	ごはん じゃがいも なたねあぶら	ミニプリン かし
7 水	ごはん ぎゅうにゆう ちゃんこに さばのおかか れいとうみかん	ぎゅうにゆう とりにくだんご さばのおかか	もやし にんじん ごぼう にら こんにやく みかん	ごはん さといも さとう	パンケーキ
8 木	ごはん ぎゅうにゆう つきなじる さといもクロquette キャベツのごまゆかり つきみゼリー	ぎゅうにゆう とりにく かまぼこ	にんじん こまつな だいこん はねぎ しろねぎ キャベツ あかじそ	ごはん さといもクロquette なたねあぶら ごま ゼリー	とうにゆうジュース かし
9 金	サンドイッチパンズパン ぎゅうにゆう スコッチブロス やさいのあますあえ ハンバーグのいちじくソースかけ	ぎゅうにゆう ベーコン しろいんげんまめ ハンバーグ	たまねぎ にんじん キャベツ レモンかじゅう	サンドイッチパンズパン じゃがいも おおむぎ ジャム さとう	なし かし
10 土	クロワッサン ぎゅうにゆう オレンジ	ぎゅうにゆう	オレンジ	クロワッサン	
12 月	ごはん ぎゅうにゆう とうにゆういりみそしる ぶたにくのしょうがいため りんごヨーグルト	ぎゅうにゆう なまあげ とうにゆう しろみそ ぶたにく ヨーグルト	にんじん こまつな はねぎ えのきたけ しろねぎ もやし たまねぎ しょうが	ごはん さとう でんぶん	やさいジュース かし
13 火	むぎごはん ぎゅうにゆう ちゅうかはんのぐもちごめむし ちゅうかふうサラダ さくさくどうふ たくじょうちゅうかふうドレッシング	ぎゅうにゆう ぶたにく えび もちごめむし さくさくどうふ	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 もやし きゅうり とうもろこし	むぎごはん さとう でんぶん ドレッシング	パナナ かし
14 水	うどん ぎゅうにゆう ごもくうどんのしる あじのたつたあげ きりぼしだいこんのベーコンに	ぎゅうにゆう とりにく あぶらあげ ベーコン あじのたつたあげ	にんじん こまつな しいたけ きりぼしだいこん あかいろうパブリカ	うどん さとう なたねあぶら こめあぶら	ふかしいも
15 木	ごはん ぎゅうにゆう ぶたにくとやさいのほそぎりいため ごもくあつやきたまご さっぱりきゅうり	ぎゅうにゆう ぶたにく ごもくあつやきたまご	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 きゅうり	ごはん さとう でんぶん ごまあぶら	アイスクリーム
16 金	クロスロールパン ぎゅうにゆう さけだんごのクリームに やきソーセージ ファイバーゼリーのフルーツあえ	ぎゅうにゆう さけだんご ソーセージ	にんじん たまねぎ みかん マッシュルーム グリンピース パイナップル	クロスロールパン バター じゃがいも ホワイトル ファイバーゼリー	はっこうにゆう ラスク
17 土	クロワッサン ぎゅうにゆう パナナ	ぎゅうにゆう	パナナ	クロワッサン	
20 火	ごはん ぎゅうにゆう すましじる さんまのかばやき きゅうりとわかめのすのもの	ぎゅうにゆう とうふ さんまのひらき わかめ	こまつな にんじん たまねぎ えのきたけ きゅうり	ごはん なたねあぶら さとう でんぶん ごま	ヨーグルト
21 水	むぎごはん ぎゅうにゆう ワンタンスープ ビビンパのぐ きんしたまご かたぬきチーズ	ぎゅうにゆう ぶたにく きんしたまご かたぬきチーズ	はくさい にんじん きくらげ にら メンマ チンゲンサイ にんにく もやし しいたけ	むぎごはん こめあぶら ワンタンのかわ さとう ごま ごまあぶら	フルーチェ
22 木	ごはん ぎゅうにゆう ぶたじる いかのこうみあげ こまつなのごまあえ	ぎゅうにゆう ぶたにく とうふ あぶらあげ わかめ あかみそ いかのこうみあげ	にんじん はねぎ しろねぎ こまつな もやし	ごはん なたねあぶら ごま さとう	さつまいもムース かし
24 土	クリームスティックパン ぎゅうにゆう オレンジ	ぎゅうにゆう	オレンジ	クリームスティックパン	
26 月	ごはん ぎゅうにゆう のつべいじる しのだのみそかけ ポイルキャベツ たくじょうあまみそ	ぎゅうにゆう とりにく けんちんしのだ あまみそ	にんじん だいこん はねぎ しろねぎ ごぼう こんにやく キャベツ	ごはん さといも でんぶん	フルーツミックスジュース かし
27 火	ロウカットげんまいごはん ぎゅうにゆう とりにくときのこのカレー ジャーマンポテト ようなしミニゼリー	ぎゅうにゆう とりにく だつしふんにゆう ベーコン	たまねぎ にんじん まいたけ マッシュルーム しめじ グリンピース	ロウカットげんまいごはん カレーウ じゃがいも オリーブオイル ゼリー	オレンジ かし
28 水	こめこパン(こむぎいり) ぎゅうにゆう ミネストラスープ あおパパイアのサラダ ほうれんそういりオムレツ たくじょうコーンクリームドレッシング	ぎゅうにゆう ベーコン ほうれんそういりオムレツ	たまねぎ にんじん キャベツ トマト あおパパイア 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 ドレッシング ライスマカロニ オリーブオイル	カクテルゼリー
29 木	ごはん ぎゅうにゆう いもたき かわいいフライ キャベツときゅうりのそくせきづけ たくじょうソース	ぎゅうにゆう とりにく なまあげ かわいいフライ キャベツときゅうりのそくせきづけ しおこんぶ	こんにやく にんじん こまつな だいこん きゅうり キャベツ	ごはん さといも さとう なたねあぶら ごま	とうにゆうデザート かし
30 金	ラーメン ぎゅうにゆう マーボーめんのぐ かにしゅうまい かいそうサラダ たくじょうあおじそドレッシング	ぎゅうにゆう ぶたにく とうふ あかみそ かにしゅうまい かいそう	たまねぎ にんじん たけのこ はねぎ しろねぎ きくらげ チンゲンサイ とうもろこし にんにく しょうが きゅうり	ラーメン さとう でんぶん ごまあぶら	やさいジュース ワッフル

※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	22.4	375
低年齢児	482	16.4	245



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。