



7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
1	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	
3	月	ごはん ぎゅうにゅう さわにわん かぼちゃひきにくフライ ひじきとじゃこのすりかけ	ぎゅうにゅう ぶたにく まぐろあぶらづけ ひじき しらすほし かつおぶし	にんじん たけのこ ごぼう はねぎ しろねぎ しいたけ かぼちゃひきにくフライ ピーマン	ごはん でんぶん なたねあぶら さとう	やさいジュース かし
4	火	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとやさいのほそぎりいため おこのみやきはんぺん すのもの さつまいもスティック	ぎゅうにゅう ぶたにく おこのみやきはんぺん かつおぶし わかめ	キャベツ にんじん 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 ごまあぶら でんぶん さつまいもスティック	アイスクリーム
5	水	ごはん ぎゅうにゅう とうふとはるさめのちゅうかに あげぎょうざ さつぱりきゅうり	ぎゅうにゅう とうふ とりにつく ぎょうざ	にんじん たまねぎ はねぎ しろねぎ たけのこ しょうが きゅうり	ごはん はるさめ さとう ごまあぶら でんぶん なたねあぶら	ミニプリン かし
6	木	サンドイッチロールパン ぎゅうにゅう スコッチブロス スラッピージョー コーンサラダ たくじょうコーンクリームドレッシング	ぎゅうにゅう ベーコン しろいんげんまめ ぶたにく	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり とうもろこし	サンドイッチロールパン じゃがいも おおむぎ パンこ さとう ドレッシング	ヨーグルトあえ
7	金	ごはん ぎゅうにゅう たなばたじる のりずあえ 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	ぎゅうにゅう とりにつく かまぼこ あぶらあげ ハンバーグ のり	にんじん オクラ しいたけ チンゲンサイ キャベツ もやし	ごはん さとう でんぶん ごま ゼリー	ずいか
8	土	クリームスティックパン ぎゅうにゅう パナナ	ぎゅうにゅう	パナナ	クリームスティックパン	
10	月	ごはん ぎゅうにゅう さといものをほろに いかのこうみあげ やさいのあまずあえ	ぎゅうにゅう とりにつく いかのこうみあげ	こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん しいたけ キャベツ	ごはん さといも さとう なたねあぶら	フルーツミックスジュース こめこカップケーキ
11	火	ごはん ぎゅうにゅう なつやさいのぶたじる あつやきたまご きゅうりのごまじゅうあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ ミックスみそ あつやきたまご	かぼちゃ オクラ なす きゅうり	ごはん ごま さとう ごまあぶら	はっこうにゅう かし
12	水	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものにつく きんぴらにくだんご もやしのあえも	ぎゅうにゅう ぶたにく きんぴらにくだんご	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	ごはん じゃがいも さとう	いちごムース かし
13	木	こがたロールパン ぎゅうにゅう やさいたつぱりやきそば ソーセージのケチャップに ココアぎゅうにゅうのもと	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ ソーセージ	キャベツ にんじん もやし しょうが たまねぎ マッシュルーム グリンピース	こがたロールパン さとう ちゅうかめん こめあぶら ココアぎゅうにゅうのもと	カクテルゼリー
14	金	ロウカットげんまいごはん ぎゅうにゅう サマーカレー あじのフリッター やさいソテー フルーツあんじん	ぎゅうにゅう とりにつく あじのフリッター ベーコン	かぼちゃ ピーマン たまねぎ なす トマト キャベツ とうもろこし	ロウカットげんまいごはん じゃがいも カレールウ なたねあぶら フルーツあんじん	りんごジュース ラスク
15	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	
18	火	ラーメン ぎゅうにゅう かんとんふうラーメンのしる こめこししゃもフライのこうみソースかけ 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 ししゃもフライ きわかめ	チンゲンサイ もやし メンマ にんじん きくらげ はねぎ しろねぎ レモンかじゅう キャベツ きゅうり とうもろこし	ラーメン ごまあぶら でんぶん なたねあぶら さとう	とうにゅうデザート かし
19	水	ごはん ぎゅうにゅう なまあげのもの いわしのしょうがに こまつなのおひたし	ぎゅうにゅう とりにつく なまあげ いわしのしょうがに	こんにやく たけのこ もやし にんじん だいこん しいたけ さやいんげん こまつな	ごはん さとう でんぶん	フローズンヨーグルト
20	木	クロスロールパン ぎゅうにゅう ラタトゥイユ とりにつくカレーやき フルーツゼリー	ぎゅうにゅう ベーコン とりにつくカレーやき	たまねぎ かぼちゃ なす ズッキーニ きいろパプリカ トマト にんにく もも パイナップル	クロスロールパン じゃがいも ゼリー オリーブオイル	パナナ かし
21	金	ごはん ぎゅうにゅう とうふとなすのオスターソースいため えびしゅうまい あおなのナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あかみそ えびしゅうまい	たまねぎ なす にんじん たけのこ きくらげ チンゲンサイ キャベツ	ごはん さとう でんぶん ごま ごまあぶら	はっこうにゅう かし
22	土	スナックロールパン ぎゅうにゅう オレンジ	ぎゅうにゅう	オレンジ	スナックロールパン	
24	月	ごはん ぎゅうにゅう ちゃんこに えだまめコロッケ ゆかりあえ	ぎゅうにゅう とりにつくだんご	もやし にんじん ごぼう にらこんにやく キャベツ あかじそ	ごはん さとう えだまめコロッケ なたねあぶら	やさいジュース アップルパイ
25	火	スライスパン ぎゅうにゅう じゃがいものベーコンに ツナいりオムレツ レモンサラダ いちごジャム	ぎゅうにゅう ベーコン ツナオムレツ	たまねぎ にんじん キャベツ マッシュルーム さやいんげん きゅうり とうもろこし レモンかじゅう	スライスパン じゃがいも オリーブオイル さとう ジャム	オレンジ かし
26	水	むぎごはん ぎゅうにゅう いなかじる ぶただんのぐ れいとうみかん	ぎゅうにゅう なまあげ ミックスみそ ぶたにく	ごぼう チンゲンサイ はねぎ だいこん にんじん しろねぎ たまねぎこんにやく みかん	むぎごはん さといも さとう	とうにゅうジュース かし
27	木	りんごパン ぎゅうにゅう コーンスープ やきソーセージ あおパパイヤのサラダ たくじょうノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにつく だっしふんにゅう ソーセージ	とうもろこし たまねぎ にんじん グリンピース あおパパイヤ きゅうり	りんごパン じゃがいも ホワイトルウ ノンエッグマヨネーズ	とうもろこし
28	金	むぎごはん ぎゅうにゅう オクラのトマトスープ チキンカツ ツナピラフのぐ アセロラミニゼリー	ぎゅうにゅう ベーコン チキンカツ まぐろあぶらづけ	オクラ とうもろこし トマト にんじん たまねぎ えだまめ マッシュルーム	むぎごはん さとう ゼリー なたねあぶら	おこめのババロア かし
29	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	
31	月	ごはん ぎゅうにゅう 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	ぎゅうにゅう 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	アイスクリーム

※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	587	21.9	356
低年齢児	473	16.0	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。