



# 9 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 〈あかいろ〉	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 金	ごはん ぎゅうにゅう すまじる たらのぎんがみやき のりずあえ さつまいもスティック	ぎゅうにゅう とりにく たらのぎんがみやき のり	たけのこ こまつな にんじん しいたけ キャベツ もやし	ごはん ごま さとう さつまいもスティック	フルーツミックスジュース かし
2 土	ピンキーパン ぎゅうにゅう パナナ	ぎゅうにゅう	パナナ	ピンキーパン	
4 月	ごはん ぎゅうにゅう マーボービーンズ あげえびしゅうまい あおなのナムル	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいず あかみそ えびしゅうまい	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	ごはん さとう でんぶ こめあぶら なたねあぶら ごま ごまあぶら	ヨーグルト
5 火	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものそぼろに さばのみぞれに もやしときゅうりのあえもの	ぎゅうにゅう とりにく さばのみぞれに	こんにやく たまねぎ にんじん グリンピース もやし きゅうり	ごはん じゃがいも さとう	アイスクリーム
6 水	むぎごはん ぎゅうにゅう なまあげのものにつくね ひじきとじゃこのふりかけ	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ つくね ひじき まぐろあぶらづけ しらすばし かつおぼし	たけのこ にんじん だいこん きやいんげん しいたけ ピーマン	むぎごはん さとう でんぶ	カクテルゼリー
7 木	こがたロールパン ぎゅうにゅう やさいたつぷりやきそば ソーセージのケチャップに アセロラミネゼリー	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 ゼリー	オレンジ かし
8 金	ごはん ぎゅうにゅう きりぼしだいこんのみそしる さんまのかばやき キャベツときゅうりのこんぶあえ	ぎゅうにゅう あぶらあげ とうふ わかめ しおこんぶ ミックスみそ さんまのひらき	きりぼしだいこん にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり	ごはん なたねあぶら さとう でんぶ	とうにゅうジュース かし
9 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	
11 月	むぎごはん ぎゅうにゅう はるさめスープ ピンパのぐ きんしたまご ももヨーグルト	ぎゅうにゅう かまぼこ ぶたにく きんしたまご ヨーグルト	にんじん たまねぎ メンマ とうもろこし きくらげ しいたけ にんにく もやし チンゲンサイ	むぎごはん はるさめ さとう こめあぶら ごま ごまあぶら	やさしいジュース ラスク
12 火	ごはん ぎゅうにゅう あいちのいわしいりつみれじ さといもコロッケ アーモンドあえ	ぎゅうにゅう すりみだんご あかみそ	にんじん だいこん たまねぎ しいたけ はねぎ しろねぎ チンゲンサイ キャベツ	ごはん さといもコロッケ なたねあぶら アーモンド さとう	アイスクリーム
13 水	ロウカットげんまいごはん ぎゅうにゅう チキンカレー やさいリッ ファイバーゼリーのフルーツあえ	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 グリンピース とうもろこし みかん パイナップル	ロウカットげんまいごはん じゃがいも カレールウ ファイバーゼリー	バナナ かし
14 木	ラーメン ぎゅうにゅう やさいたつぷりタンメンのしる ツナいりはんべん たけのこのソーサ たくじょうわふうクリーミードレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく あさり ツナいりはんべん	チンゲンサイ にんじん キャベツ もやし たけのこ とうもろこし	ラーメン こめあぶら ごま ドレッシング	ベルギーワッフル
15 金	ごはん ぎゅうにゅう ファイバースープ こめこさみフライ ツナピラフのぐ かたぬきチーズ	ぎゅうにゅう ベーコン こめこさみカツ まぐろあぶらづけ かたぬきチーズ	たまねぎ にんじん キャベツ チンゲンサイ とうもろこし マッシュルーム	ごはん おおむぎ なたねあぶら	はっこうにゅう かし
16 土	ディナーロールパン ぎゅうにゅう オレンジ	ぎゅうにゅう	オレンジ	ディナーロールパン	
19 火	ごはん ぎゅうにゅう ちゃんこに のだのみそかけ みどりキャベツ たくじょうあまみそ	ぎゅうにゅう しろみそ いかフライ とりにく こうやどうふ	もやし にんじん ごぼう チンゲンサイ こんにやく キャベツ きゅうり	ごはん さとう	ミニプリン かし
20 水	ごはん ぎゅうにゅう けんちんじる あじフライ きゅうりとわかめのすのもの たくじょうソース	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ あじフライ わかめ	こんにやく にんじん ごぼう だいこん はねぎ しろねぎ きゅうり	ごはん さといも さとう ごまあぶら なたねあぶら	アイスクリーム
21 木	こめパン(こむぎいり) ぎゅうにゅう まめとこくもつミネストラスープ とりにくのカレーやき カラフルラベ	ぎゅうにゅう ベーコン とりにくのカレーやき えんどうまめ ひよこまめ レンズまめ だいず あずき	たまねぎ にんじん トマト キャベツ とうもろこし	こめパン(こむぎいり) ライスマカロニ オリーブオイル じゃがいも こめあぶら おしむぎ もちむぎ げんまい あかまい たかきび さとう	きらきらかん
22 金	ごはん ぎゅうにゅう いなかじる こめこいかフライのレモンに こうやどうふいりそぼろどんのぐ	ぎゅうにゅう しろみそ いかフライ とりにく こうやどうふ	ごぼう こんにやく たまねぎ にんじん レモンかじゅう しょうが きやいんげん	ごはん じゃがいも さとう なたねあぶら	りんごジュース こめこカップケーキ
25 月	わかめごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとやさしいしょうがに ごもくあつやきたまご にまめ	ぎゅうにゅう ぶたにく ごもくあつやきたまご だいず あぶらあげ	こんにやく たまねぎ にんじん きやいんげん しょうが	わかめごはん じゃがいも さとう	いちごムース かし
26 火	ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかはんのぐ ショーロンポー れいとうみかん	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 みかん	ごはん さとう でんぶ ごまあぶら	フルーツゼリー
27 水	うどん ぎゅうにゅう カレーうどんのしる アイアンチキン こまつなごまあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ あぶらあげ とりレバー	にんじん たまねぎ はねぎ しろねぎ しょうが もやし こまつな	うどん カレールウ でんぶ なたねあぶら さとう ごま	ふかしいも
28 木	サンドイッチパンズパン ぎゅうにゅう コーンスープ ポイルキャベツ ハンバーグのトマトソースかけ コーヒーぎゅうにゅうのもと	ぎゅうにゅう ベーコン 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 グリンピース トマト キャベツ	サンドイッチパンズパン じゃがいも パター ホワイトルウ さとう コーヒーぎゅうにゅうのもと	こめこクレープ かし
29 金	ごはん ぎゅうにゅう つきなじる とりにくのからあげ キャベツのごまゆかり つきみゼリー	ぎゅうにゅう あぶらあげ かまぼこ とりにく	にんじん チンゲンサイ はねぎ しろねぎ キャベツ あかじそ	ごはん さといも でんぶ なたねあぶら ごま ゼリー	やさしいジュース かし
30 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	

※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	598	23.2	373
低年齢児	481	17.0	246



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。