



11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＞	からだのちようしを とどめるたべもの ＜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 水	スライスパン ギョウザ あさりのチャウダー ポパイサラダ とりにくのカレーやき いちごジャム たくじょうンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう あさり だっしふんにゅう ハム とりにくのカレーやき	たまねぎ にんじん ほうれんそう とうもろこし	スライスパン ジャがいも ホワイトルウ ジャム オリーブオイル ノンエッグマヨネーズ	バナナ かし
2 木	ごはん ギョウザにゅう にくじゃが かけいフライ さっぱりきゅうり たくじょうソース	ぎゅうにゅう ギョウザにゅう かけいフライ	こんにやく たまねぎ しろねぎ さやいんげん きゅうり	ごはん ジャがいも さとう なたねあぶら	ヨーグルト
4 土	ディナーロールパン ギョウザにゅう みかん	ぎゅうにゅう	みかん	ディナーロールパン	
6 月	ごはん ギョウザにゅう きのこじるしのだのみそかけ はくさいとこまつなのおひたし たくじょうあまみそ	ぎゅうにゅう とりにく けんちんしのだ あまみそ	だいこん にんじん はねぎ しろねぎ えのきたけ しめじ しいたけ はくさい こまつな	ごはん さとう	やさいジュース こめこカップケーキ
7 火	ラーメン ギョウザにゅう どんこつラーメンのしる さつまいものあめに ツナキャベツ	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ まぐろあぶらづけ	はくさい もやし はねぎ しろうねぎ メンマ にんじん キャベツ	ラーメン さつまいも なたねあぶら さとう ごま	みかん かし
8 水	ごはん ギョウザにゅう ぶたじる いわしのうめにも やしときゅうりのあえもの	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ あかみそ いわしのうめにも	だいこん はくさい にんじん はねぎ しろねぎ もやし きゅうり	ごはん さとも さとう	りんごジュース かし
9 木	むぎごはん ギョウザにゅう ワンタンスープ ビビンパのぐ きんしたまご ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく きんしたまご ヨーグルト	はくさい にんじん きくらげ にら メンマ しいたけ にんにく もやし チンゲンサイ	むぎごはん さとう ワンタンのかわ ごま こめあぶら ごまあぶら	ふかしいも
10 金	サンドイッチロールパン ギョウザにゅう オニオンスープ ポイルソーセージ サワーキャベツ たくじょうケチャップ ココアギョウザにゅうのもと	ぎゅうにゅう とりにく ソーセージ	にんじん たまねぎ とうもろこし キャベツ ローストオニオン	サンドイッチロールパン ジャがいも さとう ココアギョウザにゅうのもと	はっこうにゅう かし
11 土	クロワッサン ギョウザにゅう パナナ	ぎゅうにゅう	バナナ	クロワッサン	
13 月	むぎごはん ギョウザにゅう ちゅうかはんのぐ ショーロンポー 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	ぎゅうにゅう ぶたにく いか ショーロンポー くきわかめ	にんじん たけのこ はくさい チンゲンサイ きくらげ もやし きゅうり	むぎごはん さとう でんぶん ごまあぶら	ミニプリン かし
14 火	ごはん ギョウザにゅう ぶたにくとやさいのほそぎりいため つくね アーモンドあえ さつまいもチップス	ぎゅうにゅう ぶたにく つくね	はくさい にんじん ビーマン たけのこ きくらげ しょうが にんにく ほうれんそう もやし	ごはん さとう でんぶん ごまあぶら アーモンド さつまいもチップス	こめこクレープ かし
15 水	ごはん ギョウザにゅう こうやどうふのたまごとし いかのこうみあげ みかん	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく たまご いかのこうみあげ	たまねぎ にんじん はくさい さやいんげん みかん	ごはん さとう なたねあぶら	フルーツゼリー
16 木	ごはん ギョウザにゅう ジャがいものしろみそしる ハンバーグのいちじくソースかけ のりすあえ	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ しろみそ ハンバーグ のり	にんじん たまねぎ はねぎ しろねぎ レモンかじゅう キャベツ もやし	ごはん ジャがいも ジャム ごま さとう	ベルギーワッフル
17 金	こがたロールパン ギョウザにゅう クリームスバゲティ こめこチキンナゲット ファイバーゼリーのフルーツあえ	ぎゅうにゅう ベーコン だっしふんにゅう チキンナゲット	しめじ マッシュルーム たまねぎ にんじん みかん グリーンピース ハイナップル	こがたロールパン スバゲティ こめあぶら ホワイトルウ なたねあぶら ファイバーゼリー	とうにゅうジュース かし
18 土	ピンクパン ギョウザにゅう みかん	ぎゅうにゅう	みかん	ピンクパン	
20 月	ごはん ギョウザにゅう ひきずり さつまいもコロッケ ひじきとじゃこのふりかけ	ぎゅうにゅう とりにく なまあげ まぐろあぶらづけ しらすばし ひじき かつおぶし	こんにやく はくさい にんじん ねぎ しめじ ビーマン	ごはん さとう さつまいもコロッケ なたねあぶら	ミニいまがわやき
21 火	わかめごはん ギョウザにゅう だいこんのそぼろに あつやきたまご りんご	ぎゅうにゅう ぶたにく はんぺん あつやきたまご	にんじん さやいんげん だいこん しめじ しょうが りんご	わかめごはん さとう でんぶん	ミニパン
22 水	うどん ギョウザにゅう ごもくうどんのしる こめこホキフライのこうみソースかけ キャベツのたくあんあえ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ こめこホキフライ	たまねぎ にんじん しいたけ チンゲンサイ しろねぎ レモンかじゅう キャベツ たくあんづけ	うどん さとう ごま なたねあぶら	おにまん
24 金	あいちのだいこんぼごはん ギョウザにゅう はちはいじる さばのみそに れんこんのゆかりあえ 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 さばのみそに	こんにやく にんじん ごぼう だいこん はねぎ しろねぎ しいたけ れんこん あかじそ	あいちのだいこんぼごはん さとう ゼリー	やさいジュース かし
25 土	クロワッサン ギョウザにゅう パナナ	ぎゅうにゅう	バナナ	クロワッサン	
27 月	ごはん ギョウザにゅう しおちゃんこ こめこしやもフライのやさいあんかけ きんぴらごぼう	ぎゅうにゅう とうふ とりにくだんご ぶたにく ししやもフライ	チンゲンサイ にんじん はくさい もやし えのきたけ レモンかじゅう たまねぎ ごぼう	ごはん なたねあぶら さとう でんぶん こめあぶら ごま	とうにゅうバナナコッタ かし
28 火	ロウカットげんまいごはん ギョウザにゅう キーマカレー げんきツナサラダ ピーチミニゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく だいたい まぐろあぶらづけ しおこんぶ かつおぶし	にんじん あかいろパプリカ グリーンピース たまねぎ にんにく しょうが キャベツ きゅうり とうもろこし	ロウカットげんまいごはん オリーブオイル さとう カレーウ こめあぶら ゼリー	むしパン
29 水	ごはん ギョウザにゅう ぶたにくともやしのスープ はるまき だいこんのナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく はるまき	もやし はくさい しいたけ にんにく にんにく しょうが だいこん きゅうり	ごはん なたねあぶら ごま ごまあぶら	フルーツミックスジュース かし
30 木	こめこパン(こむぎいり) ギョウザにゅう ポークビーンズ チーズいりオムレツ レモンサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいたい チーズオムレツ	たまねぎ にんじん キャベツ グリーンピース きゅうり とうもろこし レモンかじゅう	こめこパン(こむぎいり) ジャがいも さとう オリーブオイル	みかん かし

※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	599	22.2	357
低年齢児	482	16.1	231



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。