



12がつこんだてひょう

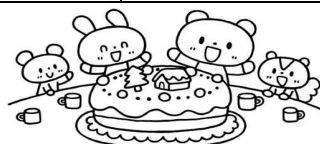


安城市保育課
安城市教育委員会 中部調理場

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 金	ごはん ぎゅうにゅう とうにゅういりみそしる いわしのしょうがに みかん	ぎゅうにゅう ぶたにく とうにゅう あぶらあげ しろみそ いわしのしょうがに	にんじん はくさい みかん えのきたけ はねぎ しろねぎ	ごはん	ドーナツ
2 土	クロワッサン ぎゅうにゅう パナナ	ぎゅうにゅう	バナナ	クロワッサン	
4 月	むぎごはん ぎゅうにゅう マーボービーフズ えびしゅうまい ちゅうかあえ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいたい あかみそ えびしゅうまい くわかめ	にんじん たまねぎ はねぎ しろねぎ しょうが にんにく もやし キャベツ	むぎごはん さとう でんぶん こめあぶら ごまあぶら	ヨーグルト
5 火	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとやさいのしょうがに おこのみやきはんぺん きゅうりのこんぶあえ りんごミニゼリー	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 しおこんぶ	こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん しょうが きゅうり	ごはん じゃがいも さとう でんぶん ゼリー	こめこクレープ かし
6 水	ごはん ぎゅうにゅう むらもじる れんこんサンドフライ こまつなのごまあえ	ぎゅうにゅう とうふ たまご かまぼこ れんこんサンドフライ	たまねぎ チンゲンサイ しいたけ こまつな もやし	ごはん じゃがいも でんぶん なたねあぶら ごま さとう	みかん かし
7 木	スライスパン ぎゅうにゅう コーンスープ スラッピージョー フルーツのゼリーあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく だっしふんにゅう	とうもろこし たまねぎ にんじん グリンピース もも バイナップル みかん	スライスパン じゃがいも ホワイトルウ こめあぶら パンこ さとう ゼリー	ふかしいも
8 金	ごはん ぎゅうにゅう はっぼうさい あげきょうざ はるさめサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく いか ぎょうざ	たまねぎ はくさい にんじん チンゲンサイ たけのこ きくらげ きゅうり とうもろこし	ごはん でんぶん さとう なたねあぶら はるさめ ごまあぶら	はっこうにゅう かし
9 土	ピンキーパン ぎゅうにゅう みかん	ぎゅうにゅう	みかん	ピンキーパン	
11 月	ごはん ぎゅうにゅう いもたき にくだんごのあまからに はくさいのごますあえ	ぎゅうにゅう とりにく ミートボール	たけのこ こんにやく にんじん チンゲンサイ だいこん はくさい	ごはん さともいも さとう でんぶん ごま	ミニプリン かし
12 火	ごはん ぎゅうにゅう けんちんじる キャベツのかおりあえ こめこしやもフライのぎんあんかけ いちごヨーグルト	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ ししやもフライ ヨーグルト	こんにやく にんじん ごぼう だいこん はねぎ しろねぎ キャベツ あおじそ	ごはん さともいも さとう ごまあぶら なたねあぶら でんぶん	りんごジュース かし
13 水	ソフトめん ぎゅうにゅう ミートソース カラフルマリネ こざかな	ぎゅうにゅう ぶたにく こざかな	たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ きゅうり あかいりパプリカ とうもろこし レモンかじゅう	ソフトめん じゃがいも ハヤシルウ さとう オリーブオイル	むしパン
14 木	ごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのいりに かぼちゃひきにくフライ きゅうりのふくじんづけあえ	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく はんぺん	こんにやく にんじん さやいんげん きゅうり かぼちゃひきにくフライ ふくじんづけ	ごはん さともいも さとう なたねあぶら	やさいジュース ミニシフォンケーキ
15 金	ミルクロールパン ぎゅうにゅう ミネストラスープ ツナいりオムレツ たいこんサラダ コーヒーぎゅうにゅうのもと たくじょうコンクリートドレッシング	ぎゅうにゅう ベーコン ツナいりオムレツ	たまねぎ にんじん キャベツ トマト だいこん きゅうり きいろパプリカ	ミルクロールパン じゃがいも ライスマカロニ オリーブオイル ドレッシング コーヒーぎゅうにゅうのもと	フルーツミックスジュース かし
16 土	クロワッサン ぎゅうにゅう みかん	ぎゅうにゅう	みかん	クロワッサン	
18 月	ごはん ぎゅうにゅう まめじゃが さばのぎんがみやき ゆかりあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいたい さばのぎんがみやき	こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん キャベツ あかじそ	ごはん じゃがいも さとう	あんぱんプリン かし
19 火	りんごパン ぎゅうにゅう ファイバースープ てりやきチキン キャベツとれんこんのごまサラダ たくじょうごまドレッシング	ぎゅうにゅう ソーセージ とりにくのてりやき	たまねぎ にんじん キャベツ チンゲンサイ れんこん	りんごパン じゃがいも おおむぎ ごま ドレッシング	にくまん
20 水	ごはん ぎゅうにゅう さわにわん こめこいかフライのレモンに かぼちゃのにつけ	ぎゅうにゅう ぶたにく はんぺん いかフライ	にんじん たけのこ ごぼう はねぎ しろねぎ しいたけ レモンかじゅう かぼちゃ	ごはん でんぶん なたねあぶら さとう	ケーキ
21 木	ごはん ぎゅうにゅう みそに ごもくあつやきたまご キャベツのときあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ あかみそ ごもくあつやきたまご かつおぶし	こんにやく だいこん にんじん キャベツ	ごはん さともいも さとう	とうにゅうジュース ラスク
22 金	むぎごはん ぎゅうにゅう コンソメスープ チキンのフレッシュソースかけ ツナピラフのぐ いちごババロア	ぎゅうにゅう ベーコン チキンパティ まぐろあぶらづけ	たまねぎ キャベツ にんじん レモンかじゅう とうもろこし グリンピース マッシュルーム	むぎごはん じゃがいも なたねあぶら さとう ババロア	やさいジュース かし
23 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	バナナ	クリームスティックパン	
25 月	ごはん ぎゅうにゅう なまあげのオイスターソースいため わかさぎのあまずかけ もやしのナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ わかさぎのからあげ	たまねぎ にんじん たけのこ チンゲンサイ きくらげ もやし きゅうり	ごはん さとう でんぶん なたねあぶら ごまあぶら	フルーツゼリー
26 火	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 かたぬきチーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ ソーセージ かたぬきチーズ	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	バナナ かし
27 水	ロウカットげんまいごはん ぎゅうにゅう ふゆやさいのカレー はなやさいのサラダ たくじょうノンエッグマヨネーズ さつまいもスティック	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ だっしふんにゅう	だいこん たまねぎ にんじん はくさい ブロッコリー カリフラワー とうもろこし	ロウカットげんまいごはん カレー ノンエッグマヨネーズ さつまいもスティック	ぶどうジュース ワッフル
28 木	おにぎり ぎゅうにゅう みそしる みかん	ぎゅうにゅう みそ あぶらあげ	だいこん にんじん みかん	おにぎり	ぎゅうにゅう 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	591	22.0	362
低年齢児	475	15.9	232



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。