



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＞	からだのちようしを とどえるたべもの ＜みどり＞	ねつやちからになる たべもの ＜きいろ＞	お や つ
2 月	ごはん ぎゅうにゅう うまに きんぴらにくだんご こまつなのおひたし いちごヨーグルト	ぎゅうにゅう はんぺん なまあげ ヨーグルト こんぶ きんぴらにくだんご	こんにやく だいこん にんじん はくさい こまつな	ごはん さといも さとう	ぶどうジュース かし
3 火	ごはん ぎゅうにゅう はるさめスープ かにたま さつまいもサラダ さくさくどうふ たくじょうノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく かにたま さくさくどうふ	にんじん はくさい メンマ チンゲンサイ とうもろこし きくらげ きゅうり	ごはん はるさめ さとう でんぶん さつまいも ノンエッグマヨネーズ	ミニプリン かし
4 水	ごはん ぎゅうにゅう ひきざり さといもコロケ きゅうりのふくじんづけあえ	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ なまあげ	こんにやく はくさい ねぎ にんじん きゅうり ふくじんづけ	ごはん さとう さといもコロケ なたねあぶら	りんごジュース ワッフル
5 木	スライスパン ぎゅうにゅう おまめときのこのクリームシチュー ドライカレー みかん	ぎゅうにゅう ソーセージ だいず ぶたにく	たまねぎ グリンピース にんじん とうもろこし しめじ マッシュルーム ピーマン みかん	スライスパン さとう ホワイトルウ コーンスターチ	ふかしいも
6 金	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 あげぎょうざ きりぼしだいこんのちゅうかサラダ たくじょうちゅうかふうドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ ぎょうざ	たまねぎ にんじん たけのこ チンゲンサイ きくらげ きりぼしだいこん きゅうり	ごはん さとう でんぶん なたねあぶら ドレッシング	やさしいジュース かし
7 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	
9 月	ごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのいりに いわしのうめ キャベツのたくあんあえ	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく いわしのうめ	れんこん こんにやく にんじん さやいんげん キャベツ たくあんづけ	ごはん さといも さとう	フルーツミックスジュース かし
10 火	ごはん ぎゅうにゅう はちはいじる ミンチカツ のりずあえ	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ ミンチカツ のり	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 キャベツ もやし	ごはん なたねあぶら ごま さとう	にくまん
11 水	こがたロールパン ぎゅうにゅう やさしいたつぷりやきそば ソーセージのケチャップに アセロラミニゼリー	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	とうにゅうデザート かし
12 木	むぎごはん ぎゅうにゅう ちゅうかはんのぐ はるまき くきわかめサラダ 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 えび はるまき くきわかめ	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	むぎごはん さとう でんぶん ごまあぶら なたねあぶら	ヨーグルト
13 金	ソフトめん ぎゅうにゅう ミートソース オムレツ カラフルマリネ	ぎゅうにゅう ぶたにく オムレツ	たまねぎ にんじん キャベツ グリンピース きゅうり あかいパプリカ 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	オレンジ かし
14 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	
16 月	ごはん ぎゅうにゅう こんさいのごまじる ヒレカツ ひじきとツナのにももの たくじょうソース	ぎゅうにゅう とうふ むぎみそ ヒレカツ ひじき まぐろあぶらづけ	ごぼう にんじん だいこん はねぎ しろねぎ こまつな とうもろこし	ごはん じゃがいも ごま なたねあぶら さとう	はっこうにゅう かし
17 火	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 はくさいとキャベツのそくせきづけ	ぎゅうにゅう ぶたにく ごもくあつやきたまご しおこんぶ	こんにやく さやいんげん たまねぎ にんじん しょうが はくさい キャベツ	ごはん じゃがいも さとう ごま	ケーキ
18 水	ミルクロールパン ぎゅうにゅう コンソメスープ ブロッコリー ツリーハンバーグのトマトソースかけ たくじょうコーンクリームドレッシング いちごババロア	ぎゅうにゅう ベーコン ハンバーグ	チンゲンサイ たまねぎ キャベツ にんじん トマト とうもろこし ブロッコリー	ミルクロールパン さとう ドレッシング ババロア	パナナ かし
19 木	わかめごはん ぎゅうにゅう ごんべいじる わかさぎのなんばんづけ かぼちゃのにつけ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ ミックスみそ わかさぎのからあげ	だいこん にんじん ねぎ チンゲンサイ かぼちゃ	わかめごはん じゃがいも なたねあぶら さとう	ドーナッツ
20 金	むぎごはん ぎゅうにゅう ふゆやさいのカラー じゃがいもとえびのマヨネーズいため ファイバーゼリーのフルーツあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ だっしふんにゅう えび	だいこん たまねぎ にんじん はくさい みかん パイナップル	むぎごはん カラーウ じゃがいも ファイバーゼリー ノンエッグマヨネーズ	ミニパン
21 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	
23 月	ロウカットげんまいごはん ぎゅうにゅう マーボービーンズ もちごめむし きゅうりのナムル	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいず あかみそ もちごめむし のり	にんじん たまねぎ はねぎ しろねぎ しょうが にんにく きゅうり	ロウカットげんまいごはん さとう でんぶん ごま こめあぶら ごまあぶら	あんにんプリン かし
24 火	サンドイッチパンズパン ぎゅうにゅう ミネストラスープ フライドチキン サワーキャベツ ココアぎゅうにゅうのもと	ぎゅうにゅう ベーコン フライドチキン	たまねぎ にんじん トマト チンゲンサイ キャベツ	サンドイッチパンズパン じゃがいも なたねあぶら ライスマカロニ さとう オリーブオイル ココアぎゅうにゅうのもと	みかん かし
25 水	ごはん ぎゅうにゅう さといものそばろに たらぎんがみやき ほうれんそうのごまあえ	ぎゅうにゅう とりにく たらぎんがみやき	こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん ほうれんそう もやし	ごはん さといも さとう ごま	むしパン
26 木	クロロールパン ぎゅうにゅう コーンスープ ポイルソーセージ あおパパイアのサラダ たくじょうサウザンドドレッシング	ぎゅうにゅう とりにく 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 あおパパイア きゅうり あかいパプリカ	クロロールパン じゃがいも ホワイトルウ ドレッシング	やさしいジュース かし
27 金	おにぎり ぎゅうにゅう みかん フルーツゼリー	ぎゅうにゅう	みかん	おにぎり ゼリー	ぎゅうにゅう かし
28 土	ディナーロールパン ぎゅうにゅう パナナ	ぎゅうにゅう	パナナ	ディナーロールパン	

※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	596	24.6	412
低年齢児	481	18.0	276



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。