



1 が つ こ ん だ て ひ よ 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
8 水	ごはん ぎゆうにゆう ふゆやさいのとりだんごじる さつまいもてんぶら キャベツのしそひきあえ	ぎゆうにゆう なまあげ とりにくだんご しそひき	だいこん にんじん はくさい はねぎ しろねぎ キャベツ	ごはん でんぶん さつまいもてんぶら なたねあぶら	やさいジュース かし
9 木	こめこパン(こむぎいり) ぎゆうにゆう ファイバースープ やきソーセージ ミックスフルーツ	ぎゆうにゆう とりにく ソーセージ	たまねぎ にんじん キャベツ チンゲンサイ みかん もも パイナップル	こめこパン(こむぎいり) おおむぎ	ミニプリン かし
10 金	ごはん ぎゆうにゆう かきたまじる さばのおかか アーモンドあえ	ぎゆうにゆう たまご さばのおかか	にんじん チンゲンサイ しいたけ もやし キャベツ	ごはん じゃがいも でんぶん アーモンド さとう	みかん かし
11 土	クロワッサン ぎゆうにゆう パナナ	ぎゆうにゆう	パナナ	クロワッサン	
14 火	ごはん ぎゆうにゆう なまあげのちゆうかに ショーロンポー はるさめサラダ たくじょうちゆうかふうドレッシング	ぎゆうにゆう ぶたにく なまあげ ショーロンポー	キャベツ たまねぎ たけのこ にんじん きくらげ きゅうり とうもろこし	ごはん さとう でんぶん ごまあぶら はるさめ ドレッシング	フルーツゼリー
15 水	ごはん ぎゆうにゆう にくじゃが れんこんサンドフライ いそかあえ	ぎゆうにゆう ぶたにく れんこんサンドフライ のり	こんにやく たまねぎ もやし にんじん さやいんげん キャベツ	ごはん じゃがいも さとう なたねあぶら	ぶどうジュース かし
16 木	スライスパン ぎゆうにゆう おおきなかぶのシチュー ツナいりオムレツ コールスロー たくじょうコールスロードレッシング いちごジャム	ぎゆうにゆう とりにく だっしふんにゆう ツナオムレツ	にんじん たまねぎ かぶ グリーンピース キャベツ とうもろこし	スライスパン ジャム ライスマカロニ ホワイトルウ ドレッシング	にくまん
17 金	ごはん ぎゆうにゆう あいちのいわしりつみれじる とりにくのてりやき きゅうりのごまじょうゆあえ	ぎゆうにゆう すりみだんご あぶらあげ あかみそ とりにくのてりやき	にんじん だいこん はねぎ しろねぎ きゅうり	ごはん さとも ごま さとう ごまあぶら	やさいジュース パンケーキ
18 土	ピンキーパン ぎゆうにゆう パナナ	ぎゆうにゆう	パナナ	ピンキーパン	
20 月	ごはん ぎゆうにゆう マーボー豆腐 あげえびしゅうまい かいそうサラダ たくじょうあおじそドレッシング	ぎゆうにゆう ぶたにく 豆腐 あかみそ かいそう えびしゅうまい	たまねぎ にんじん たけのこ はねぎ しろねぎ きくらげ にんにく しょうが きゅうり とうもろこし	ごはん さとう でんぶん なたねあぶら	ヨーグルト
21 火	ごこくごはん ぎゆうにゆう チキンカレー やさいソテー りんごミニゼリー	ぎゆうにゆう とりにく チーズ だっしふんにゆう ベーコン	たまねぎ にんじん キャベツ グリーンピース とうもろこし	ごこくごはん じゃがいも カレールウ ゼリー	バナナ かし
22 水	きしめん ぎゆうにゆう ごもくきしめんのしる こめこいかフライのレモンに ほうれんそうのおひたし	ぎゆうにゆう とりにく かまぼこ あぶらあげ いかフライ	チンゲンサイ にんじん たまねぎ しいたけ もやし レモンかじゅう ほうれんそう	きしめん さとう なたねあぶら	むしパン
23 木	ごはん ぎゆうにゆう ふゆやさいとぶたにくのごまいために つくね いやかん	ぎゆうにゆう ぶたにく なまあげ つくね	にんじん はくさい だいこん しめじ いやかん	ごはん ごま さとう ごまあぶら でんぶん	りんごジュース ミニシフォンケーキ
24 金	ロウカットげんまいごはん ぎゆうにゆう ふゆやさいのしろみそしる あつやきたまご したじめしのぐ さつまいもチップス	ぎゆうにゆう あぶらあげ しろみそ あつやきたまご とりにく ちくわ	れんこん だいこん にんじん こまつな ごぼう しいたけ こんにやく	ロウカットげんまいごはん さつまいもチップス さとう	こめこクレープ かし
25 土	クロワッサン ぎゆうにゆう みかん	ぎゆうにゆう	みかん	クロワッサン	
27 月	わかめごはん ぎゆうにゆう ぶたにくとこんさいのきんぴら にぎすフライ キャベツのかおりあえ たくじょうソース	ぎゆうにゆう ぶたにく にぎすフライ	こんにやく にんじん ごぼう ピーマン たけのこ れんこん キャベツ あおじそ	わかめごはん じゃがいも ごま さとう なたねあぶら	いちごムース かし
28 火	ごはん ぎゆうにゆう けんちんじる ぶたどんのぐ きゅうりのこんぶあえ かたぬきチーズ	ぎゆうにゆう とうふ あぶらあげ ぶたにく しおこんぶ かたぬきチーズ	こんにやく にんじん ごぼう だいこん はねぎ しろねぎ たまねぎ きゅうり	ごはん さとも さとう ごまあぶら	いやかん かし
29 水	サンドイッチパンズパン ぎゆうにゆう あさりのチャウダー みどりキャベツ ハンバーグのマリアナソースかけ コーヒーぎゆうにゆうのもと	ぎゆうにゆう あさり だっしふんにゆう ハンバーグ	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり	サンドイッチパンズパン じゃがいも ホワイトルウ バター さとう コーヒーぎゆうにゆうのもと	はっこうにゆう かし
30 木	むぎごはん ぎゆうにゆう ワンタンスープ ビビンバのぐ きんしたまご がまごおりみかんゼリー	ぎゆうにゆう ぶたにく きんしたまご	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 ほうれんそう	むぎごはん さとう ごま ワンタンのかわ ゼリー ごまあぶら ごまあぶら	ふかしいも
31 金	ごはん ぎゆうにゆう のっぺいじる いわしのかばやき ひじきとだいずのもの	ぎゆうにゆう とりにく いわしのひらき ひじき あぶらあげ だいず	にんじん だいこん はねぎ しろねぎ れんこん こんにやく	ごはん さとも さとう でんぶん なたねあぶら ごまあぶら	ミックスジュース こめコマフィン

※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	591	22.4	382
低年齢児	475	16.2	257



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。

4日(土)、6日(月)、7日(火)は弁当持ちになります。おやつは園で用意します。