



5 が つ こ ん だ て ひ ょ う

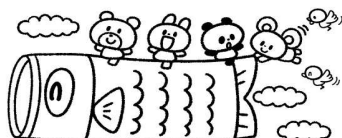


安城市保育課
安城市教育委員会 中部調理場

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 とどのえるたべもの ＜みどり＞	ねつやちからになる たべもの ＜きいろ＞	お や つ
1 木	ごはん ギゆうにゆう だいこんとぶたにくのもの コーンフライ キャベツのかおりあえ	ギゆうにゆう ぶたにく ちくわ こんぶ	だいこん にんじん キャベツ こんにやく さやいんげん あおじそ	ごはん さとう なたねあぶら コーンフライ	オレンジ かし
2 金	ごはん ギゆうにゆう かきたまじる いわしのしょうがに ごぼうのあまからいため	ギゆうにゆう たまご とうふ いわしのしょうがに	にんじん こまつな しいたけ ごぼう きいろパプリカ	ごはん じゃがいも さとう でんぶん	ミニプリン かし
7 水	ごはん ギゆうにゆう わかたけじる れんこんサンドフライ ツナそぼろ かしわもち	ギゆうにゆう しらすぼし れんこんサンドフライ わかめ まぐろあぶらづけ	にんじん たけのこ はくさい はねぎ しろねぎ えのきたけ	ごはん なたねあぶら さとう かしわもち	りんごジュース かし
8 木	あいちのツイストパン ギゆうにゆう ミネストラスープ ポイルソーセージ アスパラガスのサラダ たくじょうノンエッグマヨネーズ	ギゆうにゆう とりにく ソーセージ	たまねぎ にんじん トマト チンゲンサイ とうもろこし グリーンアスパラガス キャベツ	あいちのツイストパン じゃがいも ライスマカロニ ノンエッグマヨネーズ	カクテルゼリー
9 金	ごはん ギゆうにゆう とうふのオイスターソースいため ショールンボー もやしサラダ たくじょうちゅうかうふうドレッシング	ギゆうにゆう ぶたにく とうふ あかみそ ショールンボー きくわかめ	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 とうもろこし	ごはん さとう でんぶん ドレッシング	ぶどうジュース かし
10 土	クロワッサン ギゆうにゆう パナナ	ギゆうにゆう	パナナ	クロワッサン	
12 月	ごはん ギゆうにゆう けんちんじる いかのこうみあげ のりずあえ	ギゆうにゆう とうふ あぶらあげ のり いかのこうみあげ	こんにやく にんじん ごぼう だいこん チンゲンサイ キャベツ もやし	ごはん さとも さとう ごまあぶら なたねあぶら	はっこうにゆう かし
13 火	ごこくごはん ギゆうにゆう チキンカレー カラフルソー フルーツゼリー	ギゆうにゆう とりにく チーズ だっしふんにゆう ソーセージ	たまねぎ にんじん ビーマン グリーンピース とうもろこし あかいパプリカ キャベツ パイナップル もも	ごこくごはん じゃがいも カレールウ ゼリー	パナナ かし
14 水	うどん ギゆうにゆう にくうどんのしる あじのなんばんづけ こまつなごまあえ	ギゆうにゆう ぶたにく あぶらあげ あじのからあげ	たまねぎ にんじん こまつな チンゲンサイ はねぎ しろねぎ もやし	うどん さとう ごま なたねあぶら	ふかしいも
15 木	ごはん ギゆうにゆう はるさめスープ かにたま きゅうりのナムル りんごヨーグルト	ギゆうにゆう ベーコン かにたま のり ヨーグルト	にんじん たまねぎ 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 ごま ごまあぶら	やさいジュース かし
16 金	ごはん ギゆうにゆう あさりのみそしる やさいのごまずあえ にくだんこのあまからに かたぬきチーズ	ギゆうにゆう ミートボール あさり わかめ あかみそ かたぬきチーズ	はくさい にんじん はねぎ しろねぎ あかいパプリカ きゅうり とうもろこし	ごはん じゃがいも ごま さとう でんぶん	フルーツミックスジュース こめこマフィン
17 土	クリームスティックパン ギゆうにゆう オレンジ	ギゆうにゆう	オレンジ	クリームスティックパン	
19 月	むぎごはん ギゆうにゆう なまげのちゅうかに 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	ギゆうにゆう ぶたにく なまあげ えびしゅうまい かいそう	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	むぎごはん さとう でんぶん	とうにゆうパナコッタ かし
20 火	ごはん ギゆうにゆう しんじやがいものそぼろに しろみさかなフライ たくじょうソース キャベツときゅうりのなめたけあえ	ギゆうにゆう とりにく しろみさかなフライ	こんにやく たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ きゅうり なめたけ	ごはん じゃがいも さとう なたねあぶら	フルーツゼリー
21 水	サンドイッチパンズパン ギゆうにゆう コーンスープ やさいのあまずあえ チキンハンバーグのトマトソースかけ コーヒージゅうにゆうのもと	ギゆうにゆう ベーコン だっしふんにゆう 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 ホワイトルウ さとう でんぶん コーヒージゅうにゆうのもと	オレンジ かし
22 木	ごはん ギゆうにゆう とうにゆういりみそしる れいとうみかん ぶたにくのしょうがいため	ギゆうにゆう とうにゆう あぶらあげ しろみそ ぶたにく	にんじん しめじ こまつな たまねぎ キャベツ もやし しょうが みかん	ごはん さとも さとう でんぶん	ミニドッグ
23 金	ごはん ギゆうにゆう はちはいじる とりにくのいちじくソースかけ キャベツとチンゲンサイのそくせきづけ	ギゆうにゆう とうふ あぶらあげ とりにく しおこんぶ	にんじん ごぼう だいこん こんにやく はねぎ しろねぎ しいたけ レモンかじゅう キャベツ チンゲンサイ	ごはん でんぶん なたねあぶら ジャム	はっこうにゆう かし
24 土	クロワッサン ギゆうにゆう パナナ	ギゆうにゆう	パナナ	クロワッサン	
26 月	わかめごはん ギゆうにゆう こうやどうふのいりに さばのしおやき キャベツのふくじんづけあえ	ギゆうにゆう こうやどうふ とりにく さばのしおやき	こんにやく にんじん さやいんげん キャベツ ふくじんづけ	わかめごはん じゃがいも さとう	あじさいゼリー かし
27 火	むぎごはん ギゆうにゆう ちゅうかはんのう はるまき さつぱりきゅうり	ギゆうにゆう ぶたにく いか はるまき	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 きゅうり	むぎごはん さとう でんぶん なたねあぶら	フルーチェ
28 水	ごはん ギゆうにゆう ちゃんこに しのだのみそかけ みどりキャベツ たくじょうあまみそ	ギゆうにゆう あまみそ とりにくだんご けんちんしのだ	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	ヨーグルト
29 木	ごはん ギゆうにゆう とうふのすましじる たけのごはんのぐ かぼちゃひきにくフライ りんごミニゼリー	ギゆうにゆう とうふ とりにく	たまねぎ にんじん しめじ ほうれんそう えのきたけ かぼちゃひきにくフライ たけのこ	ごはん なたねあぶら さとう ゼリー	やさいジュース ワッフル
30 金	ソフトめん ギゆうにゆう だいずいりミートソース オムレツ レモンサラダ	ギゆうにゆう ぶたにく だいず 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 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	アイスクリーム
31 土	ピンキーパン ギゆうにゆう オレンジ	ギゆうにゆう	オレンジ	ピンキーパン	

※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	586	21.6	393
低年齢児	468	15.6	267



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。