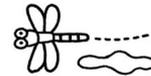




9がつこんだてひょう



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 〈あかいろ〉	からだのちよしを 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
1 月	ごはん ぎゅうにゅう いかだんごのスープ ブルコギ さつまいもチップス	ぎゅうにゅう いかだんご ぶたにく	にんじん チンゲンサイ もやし きくらげ たまねぎ あかいろパプリカ しいたけ にんにく	ごはん はるさめ さとう でんぶん ごまあぶら さつまいもチップス	フルーツミックスジュース かし
2 火	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとじゃがいものきんぴら えびカツ キャベツのたくあんあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく えびカツ	しょうが にんじん ごぼう こんにやく たけのこ ピーマン キャベツ たくあんづけ	ごはん じゃがいも ごま さとう なたねあぶら	アイスクリーム
3 水	スライスパン ぎゅうにゅう ぶたにくとやさいのトマトに オムレツ レモンサラダ りんごジャム	ぎゅうにゅう ぶたにく オムレツ	たまねぎ かぼちゃ にんじん トマト トマトジュース にんにく キャベツ きゅうり とうもろこし レモンかじゅう	スライスパン さとう オリーブオイル ジャム	バナナ かし
4 木	ごはん ぎゅうにゅう ホイコーロー はるまき きりぼしだいこんのちゅうかサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく あかみそ はるまき	キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ さやいんげん ピーマン しょうが にんにく 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 ごま ごまあぶら	ミニプリン かし
5 金	ごはん ぎゅうにゅう まめじゃが いわしのしょうがに れいとうみかん	ぎゅうにゅう ぶたにく だいち いわしのしょうがに	こんにやく たまねぎ みかん にんじん さやいんげん	ごはん じゃがいも さとう	ぶどうジュース かし
6 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	バナナ	ディナーロールパン	
8 月	ごはん ぎゅうにゅう にくだんごとせんぎりやさいのさつぱりに さといもコロッケ ひじきとじゃこのふりかけ	ぎゅうにゅう しらすぼし とりにくだんご かつおぶし まぐろあぶらづけ ひじき	にんじん はねぎ しろねぎ だいこん はくさい しめじ ピーマン	ごはん さといもコロッケ なたねあぶら さとう	はっこうにゅう かし
9 火	ごはん ぎゅうにゅう さわにわん さばのぎんがみやき キャベツのしそひじきあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく さばのぎんがみやき しそひじき	にんじん だいこん たけのこ ごぼう はねぎ しろねぎ しいたけ キャベツ	ごはん でんぶん	やさいジュース ワッフル
10 水	ラーメン ぎゅうにゅう やさいたつぷりタンメンのしる こめこチキンナゲット ごまきゅうり	ぎゅうにゅう ぶたにく チキンナゲット	チンゲンサイ にんじん キャベツ もやし きゅうり	ラーメン なたねあぶら ごま	アイスクリーム
11 木	ごはん ぎゅうにゅう うまに つくね ゆかりあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ はんぺん こんぶ つくね	こんにやく にんじん だいこん たまねぎ キャベツ あかじそ	ごはん さといも さとう	カクテルゼリー
12 金	むぎごはん ぎゅうにゅう はるさめスープ ビビンバのぐ きんしたまご フローズンヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく きんしたまご ヨーグルト	にんじん はくさい はねぎ しろねぎ メンマ きくらげ しいたけ にんにく もやし チンゲンサイ	むぎごはん はるさめ さとう ごま ごまあぶら	オレンジ かし
13 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	
16 火	わかめごはん ぎゅうにゅう じゃがいもときのこのしろみそしる てりやきハンバーグ ごぼうのあまからいため	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ しろみそ ハンバーグ	たまねぎ えのきたけ しめじ ごぼう にんじん きいろパプリカ	わかめごはん じゃがいも さとう でんぶん こめあぶら	アイスクリーム
17 水	こめこパン(こむぎいり) ぎゅうにゅう スコッチブロス とりにくのカレーやき ぶどうゼリーのフルーツあえ	ぎゅうにゅう ベーコン とりにくのカレーやき	たまねぎ にんじん もも とうもろこし バイナップル	こめこパン(こむぎいり) じゃがいも おおむぎ ゼリー	りんごジュース かし
18 木	むぎごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ かにしゅうまい もやしのナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あかみそ かにしゅうまい	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 もやし きゅうり	むぎごはん さとう でんぶん ごまあぶら	ふかしいも
19 金	ごはん ぎゅうにゅう ミネストラスープ コーンフライ チキンときのこのピラフのぐ ココアぎゅうにゅうのもと	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく	たまねぎ にんじん キャベツ トマト しめじ グリンピース	ごはん ライスマカロニ じゃがいも コーンフライ なたねあぶら ココアぎゅうにゅうのもと	とうにゅうバナナコッタ かし
20 土	ピンキーパン ぎゅうにゅう オレンジ	ぎゅうにゅう	オレンジ	ピンキーパン	
22 月	むぎごはん ぎゅうにゅう キーマカレー ポイルソーセージ ツナいりやさいソテー	ぎゅうにゅう ぶたにく だいち ソーセージ まぐろあぶらづけ	にんじん あかいろパプリカ グリンピース たまねぎ にんにく しょうが キャベツ もやし	むぎごはん カレールウ オリーブオイル さとう	ヨーグルト
24 水	ごはん ぎゅうにゅう とうふのちゅうかふうに ショーロンポー あおパパイアのサラダ 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 とうふ ショーロンポー	たまねぎ にんじん たけのこ チンゲンサイ きくらげ あおパパイア きゅうり とうもろこし	ごはん でんぶん ごまあぶら さとう	こめこクレープ かし
25 木	うどん ぎゅうにゅう ごもくうどんのしる アーモンドあえ こめこホキフライのあまづけ	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく こめこホキフライ	にんじん はねぎ しろねぎ しいたけ チンゲンサイ キャベツ	うどん さとう なたねあぶら アーモンド	きらきらかん
26 金	ごはん ぎゅうにゅう しおちゃんこ しのだのみそかけ きゅうりのこんぶあえ たくじょうあまみそ	ぎゅうにゅう しおこんぶ とりにくだんご あまみそ けんちんしのだ	チンゲンサイ にんじん キャベツ もやし しめじ レモンかじゅう きゅうり	ごはん さといも	とうにゅうジュース かし
27 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	
29 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 かにたま かいそうサラダ たくじょうちゅうかふうドレッシング	ぎゅうにゅう とりにく なまあげ かにたま かいそう	たまねぎ にんじん たけのこ チンゲンサイ きくらげ きゅうり とうもろこし	ごはん さとう でんぶん ドレッシング	やさいジュース ミニたいやき
30 火	ごはん ぎゅうにゅう かぼちゃのみそしる とりにくのからあげ ごまつなともやしのごまあえ	ぎゅうにゅう とうふ わかめ ミックスみそ とりにく	かぼちゃ キャベツ はねぎ しろねぎ ごまつな もやし	ごはん でんぶん ごま なたねあぶら さとう	フルーツゼリー

※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	590	22.0	351
低年齢児	476	15.8	225



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。