



10がっこんだてひょう



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 ぎゅうにゅう とうふのちゅうかうふに ショールンポー きゅうりのナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ ショールンポー のり	たまねぎ にんじん たけのこ こまつな きくらげ きゅうり	ごはん でんぶん こめあぶら さとう ごま ごまあぶら	はっこうにゅうデザート かし
2 金	ごはん ぎゅうにゅう さくさくじる にくだんご ツナそぼろ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ にくだんご まぐろあぶらづけ しらすばし	にんじん はねぎ しろねぎ こんにやく ごぼう しいたけ こまつな あかいりパブリカ	ごはん さといも ごま さとう	こめこスイートポテト
3 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	
5 月	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものしろみそしる いわしのかばやし ひじきとだいずのもの	ぎゅうにゅう とりにく わかめ しろみそ いわしのひらき ひじき あぶらあげ だいず	にんじん こまつな はねぎ しろねぎ さやいんげん	ごはん じゃがいも なたねあぶら さとう	ミニプリン かし
6 火	わかめごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのたまごとし いかだんごのたこやきふう キャベツのかおりあえ	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく たまご いかだんご	たまねぎ にんじん はくさい さやいんげん キャベツ あおじそ	わかめごはん さとう でんぶん	りんごジュース かし
7 水	クロールパン ぎゅうにゅう さつまいものクリームシチュー れんこんチップス ベーコンとやさいのソテー	ぎゅうにゅう とりにく だっしふんにゅう ベーコン	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース れんこん キャベツ もやし	クロールパン さつまいも ホワイトルウ なたねあぶら こめあぶら	はっこうにゅう かし
8 木	むぎごはん ぎゅうにゅう ちゅうかうはんのぐ コーンしゅうまい くきわかめサラダ たくじょうちゅうかうふドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく えび コーンしゅうまい 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 ドレッシング	カクテルゼリー
9 金	きしめん ぎゅうにゅう ごもくきしめんのしる こめこしやもフライのあまずかけ キャベツのたくあんあえ こめこうにゅうプリンタルト	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ししやもフライ	にんじん こまつな はねぎ しろねぎ しいたけ キャベツ たくあんづけ	きしめん さとう なたねあぶら ごま タルト	オレンジ かし
10 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	
13 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 あじのいそべフライ キャベツのうめあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく あじのいそべフライ	しょうが にんじん こんにやく たけのこ ごぼう ピーマン キャベツ うめ	ごはん じゃがいも ごま さとう なたねあぶら	ぶどうジュース かし
14 水	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 ちゅうかうふサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ かにたま	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 はるさめ ごまあぶら	パナナ かし
15 木	むぎごはん ぎゅうにゅう こんさいカレー じゃがいもとツナ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 だっしふんにゅう まぐろあぶらづけ	にんじん たまねぎ れんこん ごぼう グリンピース とうもろこし みかん パイナップル	むぎごはん カレールウ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ ファイバーゼリー	ミニドッグ
16 金	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 こざかな	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ ソーセージ こざかな	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 ちゅうかうめん さとう こめあぶら	ふかしいも
17 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	パナナ	クリームスティックパン	
19 月	ごはん ぎゅうにゅう けんちんじる チキンカツ ポイルキャベツ たくじょうソース	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ チキンカツ	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	ごはん さといも ごまあぶら なたねあぶら	こめこクレープ かし
20 火	ごはん ぎゅうにゅう みそしる ぶたにくのしょうがいため みかん	ぎゅうにゅう なまあげ あかみそ ぶたにく	にんじん だいこん 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 さといも さとう でんぶん	やさしいジュース かし
21 水	ソフトめん ぎゅうにゅう きのこいりミートソース ほうれんそういりオムレツ カラフルマリネ	ぎゅうにゅう ぶたにく ほうれんそういりオムレツ	しめじ たまねぎ にんじん まいたけ マッシュルーム グリンピース キャベツ きゅうり あかいりパブリカ とうもろこし レモンかじゅう	ソフトめん ハヤシルウ さとう オリブオイル	パナナ かし
22 木	ロウカットげんまいごはん ぎゅうにゅう じゅうさんやじる くりコロッケ とりにくときのこまぜごはんのぐ アセロラミニゼリー	ぎゅうにゅう とうふ かまぼこ わかめ とりにく	はくさい にんじん こまつな たまねぎ しいたけ しめじ	ロウカットげんまいごはん くりコロッケ なたねあぶら さとう ゼリー	ヨーグルト
23 金	ごはん ぎゅうにゅう さといものそぼろに さばのしおやき チンゲンサイのごまあえ	ぎゅうにゅう とりにく さばのしおやき	こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん チンゲンサイ もやし	ごはん さといも さとう ごま	フルーツミックスジュース かし
24 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	
26 月	ごはん ぎゅうにゅう にくじゃが れんこんサンドフライ のりずあえ	ぎゅうにゅう 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 にんじん さやいんげん キャベツ もやし	ごはん じゃがいも さとう なたねあぶら ごま	とうにゅうパナナコッタ かし
27 火	ごはん ぎゅうにゅう すきやき あつやきたまご さっぱりきゅうり	ぎゅうにゅう ぎゅうにく かまぼこ なまあげ あつやきたまご	こんにやく はくさい にんじん はねぎ しろねぎ きゅうり	ごはん さとう	オレンジ かし
28 水	りんごパン ぎゅうにゅう キャベツのツナに ポイルソーセージ ライスマカロニサラダ たくじょうノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう まぐろあぶらづけ ソーセージ	キャベツ たまねぎ にんじん きゅうり とうもろこし	りんごパン じゃがいも ライスマカロニ ノンエッグマヨネーズ	きらきらかん
29 木	ごはん ぎゅうにゅう こんさいのごまじる とりにくのからあげ きりぼしだいこんとほうれんそうのあえもの	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ むぎみそ とりにく	ごぼう にんじん はねぎ しろねぎ とうもろこし きりぼしだいこん ほうれんそう	ごはん さといも ごま でんぶん なたねあぶら さとう	ミニいまがわやき
30 金	ごはん ぎゅうにゅう にくだんごとせんぎりやさいのさっぱり にたらのぎんがみやき りんご	ぎゅうにゅう とりにくだんご にたらのぎんがみやき	にんじん はねぎ しろねぎ だいこん はくさい りんご	ごはん さといも	やさしいジュース パンブキンパフ
31 土	スナックロールパン ぎゅうにゅう みかん	ぎゅうにゅう	みかん	スナックロールパン	

※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	590	22.2	373
低年齢児	475	16.0	242



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。