



6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 月	ごはん ぎゅうにゅう ちゃんこに かぼちゃコロッケ ひじきとツナのもの	ぎゅうにゅう とりにくだんご ひじき まぐろあぶらづけ	もやし にんじん キャベツ にら こんにやく とうもろこし	ごはん さとう かぼちゃコロッケ なたねあぶら	りんごジュース かし
2 火	ごはん ぎゅうにゅう ホイコーロー ショーロンポー きゅうりのナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく あかみそ ショーロンポー のり	キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ ピーマン しょうが にんにく きゅうり	ごはん さとう でんぶん ごま ごまあぶら	ミニプリン かし
3 水	ごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのたまごとし いわしのしょうがに 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 たまご いわしのしょうがに	たまねぎ にんじん チンゲンサイ キャベツ たくあんづけ	ごはん さとう	オレンジ かし
4 木	ごはん ぎゅうにゅう とうにゅういりみそしる ハンバーグのあおじそソースかけ ごぼうのあまからいため	ぎゅうにゅう ぶたにく とうにゅう あぶらあげ しるみそ ハンバーグ	にんじん こまつな えのきたけ はねぎ しろねぎ あおじそ ごぼう きいろパプリカ	ごはん さとう でんぶん こめあぶら	ぶどうジュース こめタルト
5 金	スライスパン ぎゅうにゅう パンクインポータージュ こめこさきみカツのマリアソースかけ レモンサラダ ブルーベリージャム	ぎゅうにゅう ベーコン こめこさきみカツ	かぼちゃ たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし レモンかじゅう	スライスパン ホワイトルウ なたねあぶら さとう オリーブオイル ジャム	ふかしいも
6 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	
8 月	ごはん ぎゅうにゅう いりどうふ ほうれんそういりたまごやき きりぼしだいこんのベーコンに	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ ベーコン ほうれんそういりたまごやき	にんじん たけのこ チンゲンサイ しいたけ きりぼしだいこん	ごはん さとう でんぶん ごまあぶら	はっこうにゅう かし
9 火	ごはん ぎゅうにゅう ふたまじる たらぎのみやき キャベツのしそひじきあえ かたぬきチーズ	ぎゅうにゅう とりにく たらぎのみやき しそひじき かたぬきチーズ	チンゲンサイ にんじん えのきたけ キャベツ	ごはん ふ	バナナ かし
10 水	わかめごはん ぎゅうにゅう にくじゃが えびカツ さっぱりきゅうり	ぎゅうにゅう ぶたにく えびカツ	こんにやく たまねぎ にんじん きゅうり	わかめごはん じゃがいも さとう なたねあぶら	ヨーグルト
11 木	ソフトめん ぎゅうにゅう カレーソース アセロラミニゼリー じゃがいもとコーンのマヨネーズいため	ぎゅうにゅう とりにく	たまねぎ にんじん しめじ マッシュルーム グリンピース とうもろこし	ソフトめん カレールウ じゃがいもゼリー ノンエッグマヨネーズ	やさしいジュース かし
12 金	ごはん ぎゅうにゅう あいちのしらすいりつみれじる ヒレカツ キャベツときゅうりのうめあえ たくじょうソース	ぎゅうにゅう つみれだんご あかみそ ヒレカツ	にんじん だいこん チンゲンサイ キャベツ きゅうり うめ	ごはん さとも なたねあぶら	ミニドック
13 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	
15 月	ごはん ぎゅうにゅう だいこんとぶたにくのもの さばのおかかにか ゆかりあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく こんぶ さばのおかかにか	こんにやく だいこん にんじん チンゲンサイ キャベツ あかじそ	ごはん さとう	やさしいジュース かし
16 火	むぎごはん ぎゅうにゅう わかめスープ ビビンバのぐ きんしたまご さつまいもスティック	ぎゅうにゅう かまぼこ わかめ ぶたにく きんしたまご	はねぎ しろねぎ にんじん とうもろこし しいたけ にんにく もやし チンゲンサイ	むぎごはん でんぶん さとう こめあぶら ごま ごまあぶら さつまいもスティック	アイスクリーム
17 水	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとこんさいのきんぴら あじのいそべあげ れいとうみかん	ぎゅうにゅう ぶたにく あじのフリッター	こんにやく にんじん ピーマン たけのこ ごぼう みかん	ごはん じゃがいも ごま さとう なたねあぶら	とうにゅうバナナコッタ かし
18 木	サンドイッチロールパン ぎゅうにゅう オニオンスープ スラッピージョー あおパパイヤのサラダ たくじょうシーザードレッシング	ぎゅうにゅう ソーセージ ぶたにく	にんじん たまねぎ とうもろこし ローストオニオン あおパパイヤ きゅうり	サンドイッチロールパン じゃがいも パンこ さとう ドレッシング	カクテルゼリー
19 金	ごはん ぎゅうにゅう はちはいじる とりにくのいちじくソースかけ ごまきゅうり	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ とりにく	こんにやく にんじん ごぼう たまねぎ チンゲンサイ しいたけ レモンかじゅう きゅうり	ごはん でんぶん なたねあぶら ジャム ごま	はっこうにゅうデザート かし
20 土	ピンキーパン ぎゅうにゅう パナナ	ぎゅうにゅう	バナナ	ピンキーパン	
22 月	ロウカットげんまいごはん ぎゅうにゅう ハヤシチュー カラフルソテー ぶどう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 ソーセージ	たまねぎ にんじん グリンピース あかいパプリカ キャベツ とうもろこし もも バイナップル	ロウカットげんまいごはん じゃがいも ハヤシルウ こめあぶら ゼリー	やさしいジュース かし
23 火	むぎごはん ぎゅうにゅう とうふとなすのオイスターソースいため かにしゅうまい だいこんサラダ 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 とうふ あかみそ かにしゅうまい くきわかめ	たまねぎ なす にんじん たけのこ きくらげ だいこん とうもろこし	むぎごはん さとう でんぶん ごまあぶら ドレッシング	こめクレープ
24 水	きしめん ぎゅうにゅう ごもくしめんのにしる こめこししゃもフライのぎんあんかけ のりずあえ	ぎゅうにゅう とりにく ししゃもフライ のり	にんじん はねぎ しろねぎ チンゲンサイ しいたけ キャベツ もやし	きしめん さとう なたねあぶら でんぶん ごま	フルーチェ
25 木	ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかふうスープ ブルコギ いちごヨーグルト	ぎゅうにゅう かまぼこ ぶたにく ヨーグルト	キャベツ にんじん にら きくらげ メンマ たまねぎ あかいパプリカ しいたけ にんにく	ごはん はるさめ でんぶん こめあぶら さとう ごまあぶら	フルーツミックスジュース かし
26 金	クロワッサン ぎゅうにゅう とりにくとやさいのトマトに ツナいりオムレツ アスパラガスのサラダ たくじょうコーンクリームドレッシング	ぎゅうにゅう とりにく ツナいりオムレツ	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 グリーンアスパラガス きゅうり とうもろこし	クロワッサン こめあぶら さとう ドレッシング	バナナ かし
27 土	クリームスティックパン ぎゅうにゅう オレンジ	ぎゅうにゅう	オレンジ	クリームスティックパン	
29 月	ごはん ぎゅうにゅう さくざくじる とりにくだんごのあまからに チンゲンサイともやしのごまあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ とりにくだんご	にんじん はねぎ しろねぎ こんにやく ごぼう しいたけ チンゲンサイ もやし	ごはん さとも さとう でんぶん ごま	ベルギーワッフル
30 火	ごはん ぎゅうにゅう ファイバースープ コーンフライ カブサのぐ コーヒーぎゅうにゅうのもと	ぎゅうにゅう とりにく まぐろあぶらづけ	たまねぎ にんじん キャベツ チンゲンサイ グリンピース にんにく しょうが	ごはん おおむぎ コーンフライ なたねあぶら こめあぶら コーヒーぎゅうにゅうのもと	アイスクリーム

※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	589	21.7	400
低年齢児	475	15.6	270



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。