



8 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＞	からだのちょうしを ととのえるたべもの ＜みどり＞	ねつやちからになる たべもの ＜きいろ＞	お や つ
1 土	クロワッサン ギョウにゅう パナナ	ギョウにゅう	パナナ	クロワッサン	
3 月	ごはん ギョウにゅう なまあげのオイスターソースいため こめこしやもフライのあまずかけ きゅうりのナムル	ギョウにゅう ぶたにく なまあげ しやもフライ のり	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	ごはん さとう でんぶ なたねあぶら ごま ごまあぶら	ミニプリン かし
4 火	くろロールパン ギョウにゅう サマースープ ハンバーグのマリアナソースかけ キャロットゼリーのフルーツあえ	ギョウにゅう パーコン ハンバーグ	かぼちゃ とうもろこし たまねぎ オクラ もも パイナップル	くろロールパン さとう ファイバーゼリー	はっこうにゅう かし
5 水	ごはん ギョウにゅう なすいりマーボーどうふ ショールンボー ちゅうかふうサラダ	ギョウにゅう ぶたにく とうふ あかみそ ショールンボー	なす にんじん たけのこ きくらげ にんにく しょうが キャベツ きいろパブリカ	ごはん さとう でんぶ はるさめ ごまあぶら	こめクレープ かし
6 木	レーズンロールパン ギョウにゅう ビーフシチュー とうもろこし ツナとやさいのソテー	ギョウにゅう ギョウにく だっしふんにゅう ぶたにく まぐろあぶらづけ	たまねぎ にんじん グリーンピース とうもろこし キャベツ もやし	レーズンロールパン じゃがいも ハヤシルウ こめあぶら	オレンジ かし
7 金	ごはん ギョウにゅう じゃがいものみそしる ぶたどんのぐ ファイバーヨーグルト	ギョウにゅう なまあげ わかめ ミックスみそ ぶたにく ヨーグルト	にんじん なす はねぎ しろねぎ たまねぎ こんにやく	ごはん じゃがいも さとう	アイスクリーム
8 土	ピンクパン ギョウにゅう オレンジ	ギョウにゅう	オレンジ	ピンクパン	
17 月	ごはん ギョウにゅう うまに とりにくのてりに キャベツのかおりあえ	ギョウにゅう はんぺん なまあげ こんぶ とりにく	こんにやく たまねぎ にんじん チンゲンサイ キャベツ あおじそ	ごはん じゃがいも さとう でんぶ	りんごジュース かし
18 火	クロスロールパン ギョウにゅう とりにくとやさいのトマトに ツナいりオムレツ レモンサラダ	ギョウにゅう とりにく ツナいりオムレツ	たまねぎ かぼちゃ にんじん さやいんげん 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	クロスロールパン こめあぶら さとう オリブオイル	オレンジ かし
19 水	ごはん ギョウにゅう にくだんごとせんぎりやさいのさっぱり ほしがたコロッケ れいとうみかん	ギョウにゅう とりにくだんご	にんじん チンゲンサイ たまねぎ キャベツ えのきたけ みかん	ごはん ほしがたコロッケ なたねあぶら	やさいジュース こめコマフィン
20 木	サンドイッチロールパン ギョウにゅう あさりのチャウダー ドライカレー コーヒージョウにゅうのもと	ギョウにゅう あさり だっしふんにゅう ぶたにく	たまねぎ にんじん きいろパブリカ グリーンピース	サンドイッチロールパン じゃがいも ホワイトルウ オリブオイル でんぶ さとう コーヒージョウにゅうのもと	カクテルゼリー
21 金	ごはん ギョウにゅう とうにゅういりみそしる さばのみぞれに のりずあえ	ギョウにゅう ぶたにく とうにゅう あぶらあげ しろみそ さばのみぞれに のり	にんじん はくさい えのきたけ はねぎ しろねぎ キャベツ もやし	ごはん ごま さとう	フローズンヨーグルト
22 土	クロワッサン ギョウにゅう オレンジ	ギョウにゅう	オレンジ	クロワッサン	
24 月	ごはん ギョウにゅう ぶたにくとやさいのほそぎりいため しのだのみそかけ さっぱりきゅうり たくじょうあまみそ	ギョウにゅう ぶたにく けんちんしのだ あまみそ	キャベツ にんじん もやし ピーマン たけのこ しょうが にんにく きゅうり	ごはん さとう こめあぶら でんぶ	とうにゅうバナナコッタ かし
25 火	スライスパン ギョウにゅう オニオンスープ ポロニアソーセージ キャベツときゅうりのサラダ たくじょうノンエッグマヨネーズ いちごジャム	ギョウにゅう とりにく ポロニアハムステーキ	にんじん たまねぎ とうもろこし ローストオニオン キャベツ きゅうり	スライスパン じゃがいも ノンエッグマヨネーズ ジャム	フルーツミックスジュース かし
26 水	ごはん ギョウにゅう かきたまじる こめこいかりのレモンに ひじきとじゃこのふりかけ アセロラゼリー	ギョウにゅう たまご とうふ いかフライ まぐろあぶらづけ しらすばし ひじき かつおぶし	にんじん たまねぎ チンゲンサイ しいたけ レモンかじゅう ピーマン	ごはん でんぶ なたねあぶら さとう アセロラゼリー	アイスクリーム
27 木	うどん ギョウにゅう カレーうどんのしる とりにくだんごのあまからに キャベツのしそひじきあえ	ギョウにゅう ぶたにく あぶらあげ とりにくだんご しそひじき	にんじん たまねぎ はねぎ しろねぎ しょうが キャベツ	うどん カレールウ でんぶ さとう	はっこうにゅう ふかしいも
28 金	ごはん ギョウにゅう ソトアヤム コーンフライ ツナピラフのぐ さつまいもスティック	ギョウにゅう とりにく まぐろあぶらづけ	キャベツ もやし トマト はねぎ しろねぎ しょうが にんにく レモンかじゅう たまねぎ にんじん あかいパブリカ マッシュルーム	ごはん はるさめ さとう こめあぶら コーンフライ なたねあぶら さつまいもスティック	ぶどうジュース かし
29 土	クリームスティックパン ギョウにゅう パナナ	ギョウにゅう	パナナ	クリームスティックパン	
31 月	ごはん ギョウにゅう とうがんにる ミンチカツ もやしときゅうりのあえもの	ギョウにゅう とりにく かまぼこ ミンチカツ	とうがん にんじん はねぎ しろねぎ しいたけ もやし きゅうり	ごはん さといも でんぶ なたねあぶら さとう	やさいジュース ミニたいやき

※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	22.1	380
低年齢児	476	16.0	252



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。