



4 が つ こ ん だ て ひ ょ う



安城市子ども課
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	からだのちようしを ととのえるたべもの	ねつやちからになる たべもの	お や つ
1 金	おにぎり ぎゅうにゅう とうにゅうデザート オレンジ	ぎゅうにゅう とうにゅうデザート	オレンジ	おにぎり	ぎゅうにゅう かし
2 土	ピンキーパン ぎゅうにゅう デコボン(しらぬい)	ぎゅうにゅう	デコボン (しらぬい)	ピンキーパン	
4 月	おにぎり ぎゅうにゅう フルーツゼリー パナナ	ぎゅうにゅう	パナナ	おにぎり フルーツゼリー	ぎゅうにゅう かし
5 火	ミルクロールパン ぎゅうにゅう やさしいスープ トマトオムレツ あまなつみかんサラダ たくじょうドレッシング	ぎゅうにゅう ベーコン トマトオムレツ	たまねぎ にんじん とうもろこし チンゲンサイ キャベツ きゅうり あまなつみかん	ミルクロールパン じゃがいも こめあぶら ドレッシング	こめこ スティックケーキ
6 水	ごはん ぎゅうにゅう カレーマター ショーロンポー ちゅうかあえ	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 ねぎ もやし キャベツ とうもろこし	ごはん カレールウ さとう ごまあぶら	やさしいジュース かし
7 木	スライSPAN ぎゅうにゅう ミートボールシチュー コールスローサラダ たくじょうドレッシング いちごジャム	ぎゅうにゅう ミートボール だっしふんにゅう	たまねぎ にんじん グリーンピース キャベツ きゅうり	スライSPAN こめあぶら じゃがいも ハヤシルウ ドレッシング いちごジャム	デコボン (しらぬい) かし
8 金	わかめごはん ぎゅうにゅう やさしいっぱいみそしる ミンチカツ キャベツのうめかおりあえ たくじょうソース	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ ミックスみそ ミンチカツ	にんじん だいこん ねぎ キャベツ うめ あおじこ	わかめごはん さといも なたねあぶら	はっこうにゅう かし
9 土	ディナーロールパン ぎゅうにゅう あまなつ	ぎゅうにゅう	あまなつ	ディナーロールパン	
11 月	ごはん ぎゅうにゅう おやこに さばのみそに もやしのおひたし	ぎゅうにゅう とりにく たまご かまぼこ さばのみそに	たまねぎ にんじん さやえんどう しょうが もやし ほうれんそう	ごはん じゃがいも さとう	とうにゅう ジュース こめボンがし
12 火	クロロールパン ぎゅうにゅう キャベツのツナに こめこチキンナゲット カラフルサラダ たくじょうドレッシング	ぎゅうにゅう まぐろあぶらづけ こめこチキンナゲット	キャベツ たまねぎ にんじん あかパプリカ きゅうり だいこん	クロロールパン じゃがいも なたねあぶら ドレッシング	フルーチェ
13 水	ごはん ぎゅうにゅう えびしんじょのすましじる ぶたにくのしょうがいため おいおいゼリー	ぎゅうにゅう とうふ えびしんじょ ぶたにく	にんじん えのきたけ たまねぎ キャベツ もやし しょうが	ごはん こめあぶら でんぷん おいおいゼリー	はっこうにゅう かし
14 木	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものしろみそしる てりやきハンバーグ たけのこごはんのぐ かくチーズ	ぎゅうにゅう あぶらあげ わかめ しろみそ ハンバーグ とりにく かくチーズ	にんじん はくさい ねぎ たけのこ しいたけ	ごはん じゃがいも こめあぶら さとう でんぷん	パナナコッタ かし
15 金	ごはん ぎゅうにゅう とうふのオイスターソースいため あげこめこぎょうざ きゅうりのナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ こめこぎょうざ やきのり	たまねぎ にんじん たけのこ チンゲンサイ くろきくらげ きゅうり	ごはん さとう でんぷん なたねあぶら ごまあぶら	あまなつみかん かし
16 土	スナックロールパン ぎゅうにゅう パナナ	ぎゅうにゅう	パナナ	スナックロールパン	
18 月	むぎごはん ぎゅうにゅう チキンカレーライス キャベツとヤングコーンのソテー ミックスフルーツ	ぎゅうにゅう とりにく チーズ だっしふんにゅう ソーセージ	たまねぎ にんじん グリーンピース キャベツ ヤングコーン みかん もも パイナップル	むぎごはん じゃがいも カレールウ こめあぶら	こめこ かぼちゃマフィン
19 火	ごはん ぎゅうにゅう とうふのみそしる とりにくのレモンソースかけ ごまきゅうり	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ わかめ ミックスみそ とりにく	にんじん えのきたけ ねぎ レモンかじゅう きゅうり	ごはん でんぷん なたねあぶら さとう ごま	ヨーグルト かし
20 水	わかめごはん ぎゅうにゅう しんじやがいのそぼろに あつやきたまご こまつなのごまあえ	ぎゅうにゅう とりにく はんぺん あつやきたまご	こんにやく たまねぎ にんじん グリンピース こまつな もやし	わかめごはん じゃがいも さとう ごま	はっこうにゅう かし
21 木	こがたロールパン ぎゅうにゅう イタリアンスパゲティ しろみざかなのフリッター えだまめ	ぎゅうにゅう ぶたにく しろみざかなのフリッター	キャベツ たまねぎ にんじん トマト えだまめ	こがたロールパン スパゲティ なたねあぶら	きなこいっぱい かん
22 金	ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ たこやきはんぺん チャプチェ りんごミニゼリー	ぎゅうにゅう わかめ たこやきはんぺん ぎゅうにく	えのきたけ ねぎ にんじん とうもろこし たけのこ ピーマン しいたけ にんにく	ごはん でんぷん こめあぶら はるさめ さとう ごまあぶら ごま りんごミニゼリー	ケーキ
23 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	
25 月	ごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのたまごとじ さつまいもてんぷら ひじきとじゃこのふりかけ	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく たまご まぐろあぶらづけ しらすぼし ひじき かつおぶし	たまねぎ にんじん はくさい さやいんげん チンゲンサイ	ごはん さとう さつまいもてんぷら なたねあぶら	チーズドック
26 火	こめこパン ぎゅうにゅう あさりのチャウダー わかどりのマーマレードやき レモンサラダ	ぎゅうにゅう あさり だっしふんにゅう わかどりのマーマレードやき	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり とうもろこし レモンかじゅう	こめこパン じゃがいも ホワイトルウ こめあぶら オリーブオイル さとう	パナナ かし
27 水	ごはん ぎゅうにゅう さわにわん いわしのしょうがに アーモンドあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ いわしのしょうがに	にんじん たけのこ ごぼう ねぎ しいたけ ほうれんそう キャベツ	ごはん でんぷん アーモンド さとう	はっこうにゅう かし
28 木	ラーメン ぎゅうにゅう ごもくラーメン コーンフライ ゆかりあえ いちごヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ いちごヨーグルト	はくさい もやし にんじん メンマ ねぎ キャベツ ゆかりこ	ラーメン ごまあぶら コーンフライ なたねあぶら	とうにゅう ジュース ふかしいも
30 土	ロールパン ぎゅうにゅう あまなつ	ぎゅうにゅう	あまなつ	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	549	19.8	310
低年齢児	493	17.3	306



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。