



5 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	からだのちょ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
2 月	ごはん ぎゅうにゅう わかたけじる ほきのおちやごろもあげ ひじきとだいずのもの かしわもち	ぎゅうにゅう とりにく わかめ ミックスみそ ほきのおちやごろもあげ ひじき あぶらあげ だいず	にんじん たけのこ ねぎ	ごはん じゃがいも なたねあぶら こめあぶら さとう かしわもち	あまなつ かし
6 金	ごこくごはん ぎゅうにゅう さけだんごのすましじる とりにくのごまよごし キャベツのたくあんあえ	ぎゅうにゅう とうふ さけだんご とりにく	チンゲンサイ にんじん えのきたけ キャベツ たくあんづけ	ごこくごはん でんぷん なたねあぶら さとう ごま	ミックスフルーツ
7 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	
9 月	ごはん ぎゅうにゅう はるさめスープ ビビンバ きんしたまご むらさきもちチップス	ぎゅうにゅう ぶたにく きんしたまご	にんじん はくさい ねぎ メンマ くろきくらげ しいたけ にんにく もやし ほうれんそう	ごはん はるさめ さとう こめあぶら ごま ごまあぶら むらさきもちチップス	とうにゅうジュース パンケーキ
10 火	ソフトめん ぎゅうにゅう カレーソース あおパパイアのサラダ たくじょうドレッシング ココアぎゅうにゅうのもと	ぎゅうにゅう ぶたにく だっしふんにゅう	たまねぎ にんじん グリーンピース あおパパイア きゅうり とうもろこし	ソフトめん じゃがいも カレールウ ドレッシング ココアぎゅうにゅうのもと	きらきらかん
11 水	わかめごはん ぎゅうにゅう ちゃんこに こめこししゃもフライのレモンに キャベツのかおりあえ	ぎゅうにゅう とりにくだんご なまあげ こめこししゃもフライ	もやし にんじん ごぼう にら こんにやく レモンかじゅう キャベツ あおじそ	わかめごはん さとう なたねあぶら	はっこうにゅう かし
12 木	サンドイッチロールパン ぎゅうにゅう コーンスープ やきソーセージ やさいのあまずあえ たくじょうケチャップ	ぎゅうにゅう とりにく ソーセージ	とうもろこし たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ	サンドイッチロールパン じゃがいも コーンスターチ こめあぶら さとう	オレンジ かし
13 金	ごはん ぎゅうにゅう はっぼうさい はるまき くきわかめいりサラダ たくじょうドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく えび くきわかめ	たまねぎ キャベツ にんじん チンゲンサイ たけのこ くろきくらげ はるまき もやし とうもろこし	ごはん でんぷん さとう なたねあぶら	ミニプリン かし
14 土	デイナーロールパン ぎゅうにゅう グレープフルーツ	ぎゅうにゅう	グレープフルーツ	デイナーロールパン	
16 月	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいもにつけ さんまのぎんがみやき いそかあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく はんぺん さんまのぎんがみやき やきのり	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	こめこまんごータルト
17 火	ごはん ぎゅうにゅう けんちんじる チキンたつたあげ アーモンドあえ	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ チキンたつたあげ	こんにやく にんじん ごぼう だいこん ねぎ チンゲンサイ キャベツ	ごはん さといも ごまあぶら なたねあぶら アーモンド さとう	バナナ かし
18 水	ごはん ぎゅうにゅう ポトフ だいずいりドライカレーのぐ ファイバーゼリーのフルーツあえ	ぎゅうにゅう フランクフルトソーセージ ベーコン ぶたにく だいず	だいこん にんじん チンゲンサイ たまねぎ にんじん グリンピース とうもろこし みかん パイナップル	ごはん じゃがいも ファイバーゼリー	はっこうにゅう かし
19 木	うどん ぎゅうにゅう ごもくうどん あじのなんぼんづけ こふきいも	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ あぶらあげ あじのからあげ	にんじん しめじ ねぎ しいたけ	うどん さとう なたねあぶら じゃがいも	コーンむしパン
20 金	ごはん ぎゅうにゅう ホイコーロー ちゅうかふうたまごまき しそきゅうり	ぎゅうにゅう ぶたにく あかみそ ちゅうかふうたまごまき	キャベツ たまねぎ にんじん ヤングコーン さやいんげん ピーマン しょうが にんにく きゅうり ゆかりこ	ごはん さとう でんぷん	とうにゅうジュース かし
21 土	スナックロールパン ぎゅうにゅう オレンジ	ぎゅうにゅう	オレンジ	スナックロールパン	
23 月	むぎごはん ぎゅうにゅう ハヤシライス アスパラガスのソテー ももヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく だっしふんにゅう ベーコン ももヨーグルト	たまねぎ にんじん グリーンピース グリーンアスパラガス キャベツ とうもろこし	むぎごはん じゃがいも ハヤシルウ こめあぶら	どうぶつホットケーキ
24 火	クロワッサン ぎゅうにゅう さかなパスタスープ アイアンチキン ナタデココいりクールゼリー	ぎゅうにゅう ソーセージ さかなそうめん とりレバー	たまねぎ キャベツ にんじん とうもろこし チンゲンサイ みかん パイナップル	クロワッサン じゃがいも オリーブオイル なたねあぶら さとう りんごゼリー ナタデココ	はっこうにゅう ふかしいも
25 水	ごはん ぎゅうにゅう マーボービーフ いかとやさいはんぺん あおなのナムル	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいず あかみそ いかとやさいはんぺん	にんじん たまねぎ ねぎ しょうが にんにく チンゲンサイ キャベツ	ごはん さとう でんぷん こめあぶら ごま ごまあぶら	やさいジュース かし
26 木	スライSPAN ぎゅうにゅう じゃがいもスープ てりやきハンバーグ みどりキャベツ こごかな	ぎゅうにゅう ベーコン ハンバーグ こごかな	たまねぎ にんじん とうもろこし キャベツ きゅうり	スライSPAN じゃがいも こめあぶら さとう でんぷん	オレンジ かし
27 金	ごはん ぎゅうにゅう ぶたじる えびカツ たけのこのおんやさいサラダ たくじょうドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あかみそ えびカツ	チンゲンサイ にんじん たまねぎ たけのこ とうもろこし	ごはん じゃがいも なたねあぶら こめあぶら ごま ドレッシング	ケーキ
28 土	まるレーズンパン ぎゅうにゅう パナナ	ぎゅうにゅう	バナナ	まるレーズンパン	
30 月	わかめごはん ぎゅうにゅう かきたまじる いかだんごのたこやきふう もやしときゅうりのあえもの かたぬきチーズ	ぎゅうにゅう たまご とうふ いかだんご あおのりこ かつおぶし かたぬきチーズ	えのきたけ にんじん こまつな しいたけ もやし きゅうり	わかめごはん でんぷん こめあぶら さとう	はっこうにゅう スイートポテト
31 火	ごはん ぎゅうにゅう まめじゃが レバーいりつくね れいとうみかん	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず レバーいりつくね	こんにやく たまねぎ にんじん グリンピース みかん	ごはん じゃがいも さとう	ヨーグルト かし

※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	557	19.9	291
低年齢児	499	17.3	286



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。