



6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 水	ごはん ぎゅうにゅう ざくざくじる こめこいかフライのレモンに ごまきゅうり	ぎゅうにゅう とうふ こめこいかフライ	にんじん チンゲンサイ こんにやく ごぼう しいたけ レモンかじゅう きゅうり	ごはん さといも なたねあぶら さとう ごま	やさいジュース こめこスティックケーキ
2 木	きしめん ぎゅうにゅう ごもくきしめん かきあげてんぷら キャベツのなめたけあえ	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ あぶらあげ	にんじん ねぎ こまつな しいたけ かきあげ キャベツ なめたけ	きしめん さとう なたねあぶら	きなこいっばいかん
3 金	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものそぼろに たこのからあげ おひたし	ぎゅうにゅう とりにく はんぺん たこのからあげ	こんにやく たまねぎ にんじん グリンピース チンゲンサイ	ごはん じゃがいも さとう なたねあぶら	はっこうにゅう かし
4 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	
6 月	ごはん ぎゅうにゅう すましじる さわらのたつたあげ きんぴらごぼう	ぎゅうにゅう さわらのたつたあげ とりにく	チンゲンサイ にんじん えのきたけ ごぼう	ごはん じゃがいも ふ なたねあぶら ごま こめあぶら さとう	こめこもタルト
7 火	スライSPAN ぎゅうにゅう ポテトのドイツふう あいちのしらすいりオムレツ アスパラガスのサラダ たくじょうノンエッグマヨネーズ りんごジャム	ぎゅうにゅう ソーセージ あいちのしらすいりオムレツ	たまねぎ にんじん とうもろこし グリンピース グリーンアスパラガス キャベツ	スライSPAN じゃがいも ノンエッグマヨネーズ りんごジャム	カクテルゼリー
8 水	はつがげんまいごはん ぎゅうにゅう なまあげとひきにくのちゅうかあんかけ ポークしゅうまい かいそうサラダ たくじょうドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ ポークしゅうまい かいそうミックス	キャベツ もやし たけのこ にんじん チンゲンサイ くろきくらげ にんにく しょうが きゅうり とうもろこし	はつがげんまいごはん さとう ごまあぶら でんぷん	はっこうにゅう かし
9 木	こめこパン(こむぎいり) ぎゅうにゅう クリームピーンズ ししゃもフリッター やさいソテー	ぎゅうにゅう とりにく だいたず だっしふんにゅう ししゃもフリッター ベーコン	えだまめ たまねぎ にんじん キャベツ もやし	こめこパン(こむぎいり) じゃがいも ホワイトルウ オリーブオイル なたねあぶら	グレープフルーツ かし
10 金	ごはん ぎゅうにゅう ワントンスープ チャプチェ フルーツミックスヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく フルーツミックスヨーグルト	キャベツ にんじん くろきくらげ にら とうもろこし メンマ たけのこ ピーマン しいたけ にんにく	ごはん ワントンのかわ はるさめ さとう ごまあぶら ごま こめあぶら	やわらかミニプリン かし
11 土	ロールパン ぎゅうにゅう バナナ	ぎゅうにゅう	バナナ	ロールパン	
13 月	ごはん ぎゅうにゅう いかだんごのあまずいため やきぎょうざ きゅうりのナムル	ぎゅうにゅう いかだんご ぎょうざ やきのり	たまねぎ にんじん ピーマン しいたけ きゅうり	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 かみかみおやつ
14 火	ごはん ぎゅうにゅう ファイバースープ こめこチキンナゲット えびピラフのぐ コーヒーぎゅうにゅうのもと	ぎゅうにゅう ベーコン こめこチキンナゲット えび	たまねぎ にんじん キャベツ チンゲンサイ とうもろこし マッシュルーム グリンピース	ごはん おおむぎ なたねあぶら こめあぶら コーヒーぎゅうにゅうのもと	オレンジ かし
15 水	ごはん ぎゅうにゅう かぼちゃのみそしる いわしのしょうがに あかかぶあえ	ぎゅうにゅう なまあげ ぶたにく わかめ ミックスみそ いわしのしょうがに	かぼちゃ チンゲンサイ ねぎ キャベツ あかかぶづけ	ごはん ごま さとう	とうにゅうジュース かし
16 木	ツイストロールパン ぎゅうにゅう ソーセージとやさいのトマトスープ スコッチエッグ かんてんサラダ たくじょうドレッシング	ぎゅうにゅう ソーセージ スコッチエッグ かんてん	にんじん たまねぎ ズッキーニ トマト きゅうり とうもろこし	ツイストロールパン じゃがいも オリーブオイル ドレッシング	あべかわ
17 金	わかめごはん ぎゅうにゅう そうめんじる チキンみそカツ きゅうりのふくじんづけあえ たくじょうあまみそ がまごおりみかんゼリー	ぎゅうにゅう かまぼこ チキンカツ あまみそ	にんじん チンゲンサイ オクラ しいたけ きゅうり ふくじんづけ	わかめごはん そうめん なたねあぶら ごま がまごおりみかんゼリー	はっこうにゅう ミニいまがわやき
18 土	ピンキーパン 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	ピンキーパン	
20 月	ごこくごはん ぎゅうにゅう いなかじる こうやどうふいりそぼろどんのぐ れいとうみかん	ぎゅうにゅう ミックスみそ とりにく こうやどうふ	ごぼうこんにやく だいこん にんじん たけのこ ねぎ しょうが えだまめ みかん	ごこくごはん さといも さとう	ケーキ
21 火	サンドイッチパンズパン ぎゅうにゅう キャロットポターージュ しろみぎかなフライ みどりキャベツ たくじょうトンカツソース	ぎゅうにゅう ベーコン しろみぎかなフライ	にんじん たまねぎ とうもろこし マッシュルーム キャベツ きゅうり	サンドイッチパンズパン じゃがいも ホワイトルウ なまクリーム なたねあぶら	とうにゅうかん
22 水	わかめごはん ぎゅうにゅう うまに とりにくのてりやき キャベツのごますあえ	ぎゅうにゅう すりみだんご かくあげ こんぶ とりにくのてりやき	こんにやく にんじん さやいんげん キャベツ	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
23 木	ソフトめん ぎゅうにゅう カレーなんばん コーンフライ こんぶあえ	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ あぶらあげ しおこんぶ	にんじん たまねぎ ねぎ しょうが きゅうり	ソフトめん カレールウ でんぷん コーンフライ なたねあぶら	メロン
24 金	ごはん ぎゅうにゅう コンソメスープ ツナオムレツ チキンライスのぐ かくチーズ	ぎゅうにゅう ベーコン ツナオムレツ とりにく かくチーズ	たまねぎ チンゲンサイ にんじん マッシュルーム グリンピース トマト	ごはん じゃがいも こめあぶら さとう	ヨーグルト かし
25 土	ディナーロールパン ぎゅうにゅう オレンジ	ぎゅうにゅう	オレンジ	ディナーロールパン	
27 月	ごはん ぎゅうにゅう なすのみそしる かわいいフライ キャベツのごまゆかり たくじょうソース	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ あかみそ かわいいフライ	にんじん えのきたけ なす ねぎ キャベツ ゆかりこ	ごはん なたねあぶら ごま	チーズドック
28 火	むぎごはん ぎゅうにゅう わふうカレーに にくだんご ミックスゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ にくだんご	たまねぎ キャベツ にんじん もも なし みかん	むぎごはん じゃがいも カレールウ サイコロゼリー	フルーチェ
29 水	ごはん ぎゅうにゅう わふうやさいスープ ぶたにくのバーベキューソース もやしときゅうりのあえもの	ぎゅうにゅう ベーコン ぶたにく	たまねぎ チンゲンサイ にんじん とうもろこし りんご レモンかじゅう にんにく しょうが もやし きゅうり	ごはん さとう でんぷん	はっこうにゅう かし
30 木	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとやさいのほそぎりいため さばのみぞれに こまつなごまあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく さばのみぞれに	キャベツ にんじん ピーマン たけのこ くろきくらげ しょうが にんにく こまつな もやし	ごはん さとう こめあぶら でんぷん ごま	バナナ 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	542	19.9	297
低年齢児	485	17.3	293



6がつは「しょくいくけっかん」です
まいつき19にちは、
「しょくいくのひ」です



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。