



2 が つ こ ん だ て ひ よ 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
1 水	ごこくごはん ぎゅうにゅう わふうカレーに とろろハンバーグおろしソース きゅうりのふくじんづけあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく はんぺん とろろハンバーグ	たまねぎ キャベツ にんじん だいこん きゅうり ふくじんづけ	ごこくごはん じゃがいも カレールウ こめあぶら さとう でんぷん ごま	とろろデザート
2 木	ごはん ぎゅうにゅう なまあげのちゅうかに 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 たまねぎ たけのこ にんじん くるきくらげ きゅうり とろろこし	ごはん さとう ごまあぶら でんぷん	はっこうにゅう かし
3 金	ごはん ぎゅうにゅう さつまじる いわしのかばやき こまつなのおひたし	ぎゅうにゅう とりにつく ミックスみそ いわしのひらき	だいこん にんじん ねぎ はくさい こまつな	ごはん さつまじる なたねあぶら さとう でんぷん	にくまん
4 土	クリームスティックパン ぎゅうにゅう りんご	ぎゅうにゅう	りんご	クリームスティックパン	
6 月	ごはん ぎゅうにゅう かんとうに かぼちゃのてんぷら れんこんのゆかりあえ	ぎゅうにゅう あげボール ちくわ かくあげ こんぶ	だいこん にんじん こんにゃく かぼちゃのてんぷら れんこん ゆかりこ	ごはん さとう さとう なたねあぶら	みたらしだんご
7 火	りんごパン ぎゅうにゅう コンソープ スコッチエッグ まめまめサラダ たくじょうドレッシング	ぎゅうにゅう スコッチエッグ だいず あかいんげんまめ	とろろこし たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ えだまめ	りんごパン じゃがいも こめあぶら コンソープ さとう ドレッシング	いよかん かし
8 水	わかめごはん ぎゅうにゅう だいこんとぶたにくのもの しのだのみそかけ チンゲンサイとハムのあえもの たくじょうあまみそ	ぎゅうにゅう ぶたにく はんぺん こんぶ けんちんしのだ ハム あまみそ	こんにゃく だいこん にんじん さやいんげん チンゲンサイ キャベツ	わかめごはん さとう ごま	フルーツゼリー かし
9 木	ラーメン ぎゅうにゅう ごもくラーメン こめこししゃもフライ こふきいも コーヒーぎゅうにゅうのもと	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ こめこししゃもフライ	はくさい もやし にんじん メンマ ねぎ	ラーメン なたねあぶら じゃがいも コーヒーぎゅうにゅうのもと	ココアむしパン
10 金	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものそぼろに さばのぎんがみやき はくさいのごますあえ	ぎゅうにゅう とりにつく はんぺん さばのぎんがみやき	こんにゃく たまねぎ にんじん グリンピース はくさい	ごはん じゃがいも さとう ごま	ヨーグルト かし
13 月	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものしろみそしる マヨネーズフライ ひじきのもの	ぎゅうにゅう なまあげ しろみそ マヨネーズフライ ひじき とりにつく	にんじん はくさい ねぎ れんこん	ごはん じゃがいも なたねあぶら こめあぶら さとう	こめこタルト
14 火	はつがげんまいごはん ぎゅうにゅう ハヤシライス やさいソテー りんごヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく だっしふんにゅう ベーコン りんごヨーグルト	たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ とろろこし	はつがげんまいごはん じゃがいも ハヤシライス	とろろジュース かし
15 水	むぎごはん ぎゅうにゅう とろろスープ かにたま チャーハンのぐ さつまもスティック	ぎゅうにゅう とろろ かまぼこ かにたま ハム	はくさい にんじん ほうれんそう くるきくらげ たまねぎ ねぎ とろろこし	むぎごはん こめあぶら さとう でんぷん ごまあぶら さつまもスティック	バナナ かし
16 木	サンドイッチバンズパン ぎゅうにゅう パンキンポタージュ てりやきチキン みどりキャベツ	ぎゅうにゅう ソーセージ てりやきチキン	かぼちゃ にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり	サンドイッチバンズパン こめあぶら ホワイトルウ なまクリーム	あべかわ
17 金	ごはん ぎゅうにゅう えびととろろのくずしる こめこホキフライのこうみソースがけ こんぶあえ	ぎゅうにゅう とりにつく えび とろろ こめこホキフライ しおこんぶ	はくさい にんじん チンゲンサイ 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	はっこうにゅう かし
18 土	ディナーロールパン ぎゅうにゅう いよかん	ぎゅうにゅう	いよかん	ディナーロールパン	
20 月	ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかはん たこだんごのたこやきふう あんにとろろ	ぎゅうにゅう ぶたにく いか たこだんご あおのりこ かつおぶし	にんじん たけのこ はくさい たまねぎ チンゲンサイ くるきくらげ もも パイナップル	ごはん さとう でんぷん ごまあぶら こめあぶら あんにとろろ	クリームドック
21 火	うどん ぎゅうにゅう カレーなんばん さともコロケ きゅうりとわかめのすのもの	ぎゅうにゅう とりにつく かまぼこ わかめ	にんじん たまねぎ こまつな ねぎ しょうが きゅうり	うどん カレールウ でんぷん さともコロケ なたねあぶら ごま さとう	りんご パンケーキ
22 水	ごはん ぎゅうにゅう みそに あいちのれんこんいりつくね キャベツのときあえ かくチーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ あかみそ あいちのれんこんいりつくね かつおぶし かくチーズ	こんにゃく だいこん にんじん キャベツ	ごはん さとも さとう	フルーツゼリー かし
23 木	スライスパン ぎゅうにゅう かぶのシチュー ツナオムレツ サワーキャベツ いちごジャム	ぎゅうにゅう ベーコン だっしふんにゅう ツナオムレツ	にんじん たまねぎ かぶ グリンピース キャベツ きゅうり	スライスパン ライスマカロニ ホワイトルウ こめあぶら さとう いちごジャム	はっこうにゅう ふかしいも
24 金	ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる いかフライ こんぶいりにまめ アセロラミニゼリー	ぎゅうにゅう とりにつく ちくわ いかフライ だいず こんぶ	だいこん ねぎ こんにゃく にんじん ごぼう	ごはん でんぷん なたねあぶら さとう アセロラミニゼリー	はっこうにゅう かし
25 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	
27 月	ごはん ぎゅうにゅう ちゃんこに きれいなフライ キャベツのごまゆかり たくじょうソース	ぎゅうにゅう とりにつくだんご きれいなフライ	もやし にんじん ごぼう にら こんにゃく キャベツ ゆかりこ	ごはん さとう なたねあぶら ごま	チーズむしパン
28 火	ごはん ぎゅうにゅう マーボービーンズ やきぎょうざ あおなのナムル	ぎゅうにゅう とろろ ぶたにく だいず あかみそ ぎょうざ	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	いよかん ラスク

※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	555	20.5	301
低年齢児	497	17.8	291

