



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月	ごはん ぎゅうにゅう いなかじり とりにくのごまよごし しそきゅうり	ぎゅうにゅう なまあげ ミックスみそ とりにく	ごぼう こんにやく だいこん にんじん ねぎ きゅうり ゆかりこ	ごはん さといも でんぷん なたねあぶら さとう ごま	ミックスフルーツ
2火	ごはん ぎゅうにゅう わかたけじる さばのぎんがみやき こまつなのごまあえ かしわもち	ぎゅうにゅう とりにく わかめ さばのぎんがみやき	にんじん たけのこ ねぎ えのきたけ こまつな もやし	ごはん ごま さとう かしわもち	オレンジ かし
6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	
8月	ごはん ぎゅうにゅう はっぼうさい にんじんいりしゅうまい ちゅうかあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく いか にんじんいりしゅうまい くきわかめ	たまねぎ もやし にんじん チンゲンサイ たけのこ くるきくらげ キャベツ	ごはん でんぷん さとう ごまあぶら	こめこタルト
9火	ソフトめん ぎゅうにゅう ミートソース ツナいため いちご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 まぐるあぶらづけ	たまねぎ にんじん グリーンピース キャベツ しめじ	ソフトめん じゃがいも ハヤシルウ さとう いちごぎゅうにゅうのもと	あまなつ かし
10水	ごはん ぎゅうにゅう なまあげとぶたにくのみそいため ごもくあつやきたまご かいそうサラダ たくじょうあおじそドレッシング	ぎゅうにゅう なまあげ ぶたにく あかみそ ごもくあつやきたまご かいそうミックス	にんじん たけのこ キャベツ ねぎ しょうが しいたけ きゅうり とうもろこし	ごはん さといも さとう	やさいジュース パンケーキ
11木	スライスパン ぎゅうにゅう ソーセージとやさいのトマトスープ えびカツ みどりキャベツ たくじょうソース	ぎゅうにゅう ソーセージ えびカツ	にんじん たまねぎ トマト キャベツ きゅうり	スライスパン じゃがいも さとう なたねあぶら	きらきらかん
12金	ごはん ぎゅうにゅう わふうカレーに チキンハンバーグ いためれんこんサラダ たくじょうごまドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ チキンハンバーグ	たまねぎ キャベツ にんじん れんこん とうもろこし	ごはん じゃがいも カレールウ こめあぶら ドレッシング	はっこうにゅう かし
13土	ディナーロールパン 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	ディナーロールパン	
15月	ごこくごはん ぎゅうにゅう いかだんごとやさいのスープに チキンカツ もやしときゅうりのあえもの たくじょうトンカツソース	ぎゅうにゅう いかだんご ベーコン チキンカツ	にんじん キャベツ グリーンアスパラガス もやし きゅうり	ごこくごはん じゃがいも なたねあぶら さとう	こめこ カップケーキ
16火	ごはん ぎゅうにゅう マーボービーンズ たことやさいのはんぺん キャベツのなめたけあえ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいず あかみそ たことやさいのはんぺん	にんじん たまねぎ ねぎ しょうが にんにく キャベツ なめたけ	ごはん さとう でんぷん ごまあぶら こめあぶら	パナナ かし
17水	むぎごはん ぎゅうにゅう ハヤシルウ カラフルソテー れいとうみかん	ぎゅうにゅう ぶたにく 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 あかパプリカ キャベツ とうもろこし みかん	むぎごはん じゃがいも ハヤシルウ こめあぶら	とうにゅうジュース こめポンがし
18木	クロワッサン ぎゅうにゅう やさいごろごろまめストローネ ひじきいりオムレツ あおパパイアのサラダ たくじょうコーンクリーミードレッシング	ぎゅうにゅう ベーコン ひよこまめ あかえんどうまめ あおえんどうまめ ひじきいりオムレツ	たまねぎ にんじん チンゲンサイ あおパパイア きゅうり とうもろこし	クロワッサン オリーブオイル ドレッシング	はっこうにゅう ふかしいも
19金	わかめごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとやさいのしょうがに あじのフリッター ベーコン	ぎゅうにゅう ぶたにく あじのフリッター ベーコン	こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん しょうが チンゲンサイ とうもろこし	わかめごはん じゃがいも さとう なたねあぶら でんぷん	フルーツゼリー かし
20土	ピンキーパン ぎゅうにゅう パナナ	ぎゅうにゅう	パナナ	ピンキーパン	
22月	ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにくとじゃがいものきんぴら さわらのたつたあげ おひたし	ぎゅうにゅう ぎゅうにく さわらのたつたあげ	しょうが にんじん こんにやく たけのこ ごぼう ピーマン もやし キャベツ	ごはん じゃがいも ごま さとう なたねあぶら	どうぶつ ホットケーキ
23火	サンドイッチロールパン ぎゅうにゅう しろはなまめのポターージュ やきソーセージ やさいのあまずあえ たくじょうつぶつぶケチャップ	ぎゅうにゅう しろはなまめ しろいんげんまめ とりにく だっしふんにゅう ソーセージ	たまねぎ にんじん キャベツ	サンドイッチロールパン じゃがいも ホワイトルウ こめあぶら さとう	オレンジ かし
24水	ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかたまごスープ にくだんごのてりやき ごまキャベツ きらずあげ	ぎゅうにゅう ベーコン たまご にくだんごのてりやき	たけのこ にんじん チンゲンサイ くるきくらげ キャベツ	ごはん はるさめ でんぷん ごま きらずあげ	ケーキ
25木	うどん ぎゅうにゅう カレーなんばん やさいコロッケ えだまめ	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ	にんじん たまねぎ ねぎ えだまめ	うどん カレールウ でんぷん やさいコロッケ なたねあぶら	いちごジャム むしパン
26金	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいもとそぼろのにつけ いわしのしょうがに さやいんげんのごまあえ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ いわしのしょうがに	こんにやく たまねぎ にんじん グリーンピース さやいんげん	ごはん じゃがいも さとう ごま	ヨーグルト かし
27土	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	ロールパン	
29月	ごはん ぎゅうにゅう とうふとはるさめのちゅうかに あげぎょうざ きゅうりとわかめのちゅうかふうすのもの	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく ぎょうざ わかめ	にんじん たまねぎ ねぎ たけのこ しょうが きゅうり	ごはん はるさめ さとう でんぷん なたねあぶら ごま ごまあぶら	スイートポテト
30火	わかめごはん ぎゅうにゅう ぶたじる さんまのオレンジに キャベツのたくあんあえ アセロラミネゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あぶらあげ あかみそ さんまのオレンジに	にんじん ごぼう ねぎ キャベツ たくあんづけ	わかめごはん ごま アセロラミネゼリー	やさいジュース かし
31水	ごはん ぎゅうにゅう にくだんごのだいずのスープ かにたま あおなのナムル	ぎゅうにゅう とりにくだんご だいず かにたま	キャベツ たまねぎ にんじん しいたけ チンゲンサイ もやし	ごはん こめあぶら さとう でんぷん ごま ごまあぶら	はっこうにゅう ミニいまがわやき

※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	550	20.0	263
低年齢児	491	17.2	261



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。