



7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 土	ロールパン ぎゅうにゅう パナナ	ぎゅうにゅう	バナナ	ロールパン	
3 月	むぎごはん ぎゅうにゅう マーボービーフ あげぎょうざ ちゅうかふうもやしサラダ たくじょうあおそドレッシング	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいず あかみそ ぎょうざ くきわかめ	にんじん たまねぎ ねぎ しょうが にんにく もやし とうもろこし	むぎごはん さとう でんぷん ごまあぶら こめあぶら なたねあぶら	やさいジュース かし
4 火	サンドイッチロールパン ぎゅうにゅう えびいりチャウダー 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 えび 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	きらきらかん
5 水	ごはん ぎゅうにゅう ちゃんこに さんまのみぞれに こんぶあえ さつまいもスティック	ぎゅうにゅう とりにくだんご さんまのみぞれに しおこんぶ	もやし にんじん ごぼう にら こんにやく きゅうり	ごはん さとう さつまいもスティック	こめこカップケーキ
6 木	はつがげんまいごはん ぎゅうにゅう なつやさいのカレーライス スコッチエッグ きゅうりのふくじんづけあえ	ぎゅうにゅう とりにく スコッチエッグ	かぼちゃ ピーマン たまねぎ なす トマト きゅうり ふくじんづけ	はつがげんまいごはん カレールウ ごま	はっこうにゅう かし
7 金	ごはん ぎゅうにゅう たなばたじる こめこいかフライのいちじくソースかけ こまつなともやしのごまあえ たなばたゼリー	ぎゅうにゅう さかなそうめん かまぼこ こめこいかフライ	にんじん オクラ しいたけ レモンかじゅう こまつな もやし	ごはん なたねあぶら いちじくジャム ごま さとう たなばたゼリー	すいか
8 土	ピンキーパン ぎゅうにゅう オレンジ	ぎゅうにゅう	オレンジ	ピンキーパン	
10 月	ごはん ぎゅうにゅう おやこに しのだのみそかけ たくじょうあまみそ みどりキャベツ	ぎゅうにゅう とりにく たまご かまぼこ けんちんしのだ あまみそ	たまねぎ にんじん さやえんどう しょうが キャベツ きゅうり	ごはん じゃがいも さとう	やさいジュース どうぶつホットケーキ
11 火	ごはん ぎゅうにゅう にくじゃが いわしのしょうがに れいとうみかん	ぎゅうにゅう ぎゅうにく いわしのしょうがに	こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん みかん	ごはん じゃがいも さとう	ヨーグルト かし
12 水	わかめごはん ぎゅうにゅう すましじる とりにくのごまよごし キャベツのかおりあえ	ぎゅうにゅう とうふ かまぼこ とりにく	チンゲンサイ にんじん えのきたけ キャベツ あおじそこ	わかめごはん でんぷん なたねあぶら さとう ごま	バナナ かし
13 木	ラーメン ぎゅうにゅう ごもくラーメン ポークしゅうまい きゅうりのナムル 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 しゅうまい やきのり	キャベツ もやし にんじん メンマ ねぎ きゅうり	ラーメン ごま ごまあぶら コーヒーぎゅうにゅうのもと	はっこうにゅう とうもろこし
14 金	ごはん ぎゅうにゅう さわにわん いかフリッター ごもくちらしすしのぐ てまきのり	ぎゅうにゅう ぶたにく いかフリッター まぐろあぶらづけ しらすぼし ちくわ あぶらあげ てまきのり	にんじん たけのこ ごぼう チンゲンサイ しいたけ	ごはん でんぷん なたねあぶら さとう	チーズドック
15 土	クリームスティックパン 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	クリームスティックパン	
18 火	クロスロールパン ぎゅうにゅう ラタトゥイユ ポテトオムレツ あおパパイアのサラダ たくじょうコールスロドレッシング	ぎゅうにゅう ベーコン ポテトオムレツ	たまねぎ かぼちゃ ズッキーニ なす きいろパプリカ トマト にんにく あおパパイア きゅうり とうもろこし	クロスロールパン オリーブオイル ドレッシング	オレンジ かし
19 水	ごはん ぎゅうにゅう もずくのみそしる えびカツ もやしときゅうりのあえもの おたのしみ	ぎゅうにゅう もずく ミックスみそ えびカツ おたのしみ	にんじん えのきたけ もやし きゅうり	ごはん じゃがいも なたねあぶら さとう	とうにゅうジュース こめポンがし
20 木	スライスパン ぎゅうにゅう パンクキンポータージュ ドライカレーのぐ アセロラジュレのフルーツあえ	ぎゅうにゅう ベーコン ぶたにく	かぼちゃ たまねぎ にんじん ピーマン パイナップル もも	スライスパン ホワイトルウ なまクリーム コーンスターチ アセロラジュレ	はっこうにゅう えだまめ
21 金	ごはん ぎゅうにゅう とうがんじる てりやきハンバーグ しそきゅうり	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ハンバーグ	とうがん にんじん チンゲンサイ しいたけ きゅうり ゆかりこ	ごはん でんぷん こめあぶら さとう	アイスクリーム
22 土	デイナーロールパン ぎゅうにゅう オレンジ	ぎゅうにゅう	オレンジ	デイナーロールパン	
24 月	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとやさいのしょうがに えだまめコロッケ ひじきとじゃこのふりかけ たくじょうソース かつおぶし	ぎゅうにゅう ぶたにく まぐろあぶらづけ しらすぼし ひじき かつおぶし	たけのこ キャベツ こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん しょうが ピーマン	ごはん さとう えだまめコロッケ なたねあぶら	はっこうにゅう こめこタルト
25 火	クロロールパン ぎゅうにゅう トマトスープ わかどりのマーマレードやき カラフルサラダ 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 ソーセージ わかどりのマーマレードやき	にんじん キャベツ ローストオニオン トマト あかパプリカ きゅうり だいこん	クロロールパン ライスマカロニ ドレッシング	ミックスフルーツ
26 水	ごはん ぎゅうにゅう ホイコーロー もちごめむし えだまめ	ぎゅうにゅう ぶたにく あかみそ もちごめむし	キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ ピーマン しょうが にんにく えだまめ	ごはん さとう でんぷん	フルーツゼリー かし
27 木	ツイストロールパン ぎゅうにゅう じゃがいものベーコンに マヨタコフライ キャベツいりコーンソテー	ぎゅうにゅう ベーコン マヨタコフライ	たまねぎ にんじん マッシュルーム さやいんげん とうもろこし キャベツ	ツイストロールパン じゃがいも なたねあぶら こめあぶら	メロン
28 金	ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる ごもくあつやきたまご こんぶいりにまめ しそふりかけ	ぎゅうにゅう とりにく ごもくあつやきたまご だいず こんぶ	にんじん だいこん ねぎ ごぼう こんにやく しそふりかけ	ごはん さといも でんぷん さとう	アイスクリーム
29 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	バナナ	スナックロールパン	
31 月	ごはん ぎゅうにゅう すぶた はるさめサラダ たくじょうごまドレッシング かたぬきチーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく かたぬきチーズ	たまねぎ にんじん たけのこ さやいんげん しいたけ キャベツ きゅうり	ごはん でんぷん なたねあぶら さとう はるさめ ドレッシング	はっこうにゅう 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	556	19.6	305
低年齢児	498	17.1	301



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。