



10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
2月	むぎごはん ぎゅうにゅう マーボービーンズ もちごめむし 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 もちごめむし	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	むぎごはん さとう デンプン こめあぶら ごま ごまあぶら	こめこスティックケーキ
3火	ラーメン ぎゅうにゅう ごもくラーメン いかフリッター ごまキャベツ かたぬきチーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ いかフリッター かたぬきチーズ	はくさい もやし にんじん メンマ ねぎ キャベツ きゅうり	ラーメン なたねあぶら ごま	きらきらかん
4水	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものしろみそしる あなごめしのぐ きんしたまご つきみゼリー	ぎゅうにゅう なまあげ わかめ しろみそ あなご きんしたまご	にんじん はくさい ねぎ みつば しょうが	ごはん じゃがいも さとう つきみゼリー	はっこうにゅう かし
5木	はつがげんまいごはん ぎゅうにゅう こんさいカレー ひじきサラダ たくじょうごまドレッシング コーヒーぎゅうにゅうのもと	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ だっしふんにゅう ひじき	たまねぎ にんじん れんこん ごぼう たけのこ グリンピース えだまめ とうもろこし	はつがげんまいごはん じゃがいも カレールウ ドレッシング コーヒーぎゅうにゅうのもと	バナナ かし
6金	わかめごはん ぎゅうにゅう けんちん汁 きれいのからあげ みかん	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ きれいのからあげ	こんにやく にんじん ごぼう だいこん ねぎ みかん	わかめごはん さといも ごまあぶら なたねあぶら	ミニプリン かし
7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	
10火	ミルクロールパン ぎゅうにゅう あさりのチャウダー とりにくのカレーやき ファイバーゼリーのフルーツあえ	ぎゅうにゅう あさり だっしふんにゅう とりにくのカレーやき	たまねぎ にんじん グリンピース みかん パイナップル	ミルクロールパン じゃがいも ホワイトルウ ファイバーゼリー	おにまん
11水	ごはん ぎゅうにゅう たまごとし えびわかめはんぺん もやしのおひたし	ぎゅうにゅう とりにく たまご とうふ えびわかめはんぺん	チンゲンサイ たまねぎ にんじん さやいんげん しょうが もやし ほうれんそう	ごはん さとう こめあぶら	ヨーグルト かし
12木	きしめん ぎゅうにゅう みそきしめん こめこチキンナゲット いためれんこんサラダ たくじょうわふうドレッシング	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ あぶらあげ あかみそ チキンナゲット	はくさい にんじん ねぎ れんこん とうもろこし	きしめん なたねあぶら こめあぶら ごま ドレッシング	りんご かし
13金	ごはん ぎゅうにゅう ひきずり いわしのしょうがに こふきいも	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ なまあげ いわしのしょうがに	こんにやく はくさい にんじん ねぎ	ごはん さとう じゃがいも	やさいジュース パンケーキ
14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	
16月	わかめごはん ぎゅうにゅう さつまじる てりやきハンバーグ キャベツのなめたけあえ	ぎゅうにゅう とりにく ミックスみそ ハンバーグ	だいこん にんじん ねぎ キャベツ なめたけ	わかめごはん さつまいも こめあぶら さとう でんぷん	はっこうにゅう ミニいまがわやき
17火	ごはん ぎゅうにゅう なまあげのちゅうかに コーンしゅうまい ちゅうかあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく なまあげ コーンしゅうまい	キャベツ たまねぎ たけのこ にんじん くるきくらげ もやし はくさい とうもろこし	ごはん さとう でんぷん ごまあぶら	オレンジ こめポンがし
18水	ごはん ぎゅうにゅう にみそ まぐろのあげに しそきゅうり	ぎゅうにゅう ぶたにく はんぺん あかみそ まぐろ	だいこん にんじん こんにやく ねぎ きゅうり ゆかりこ	ごはん さといも さとう でんぷん なたねあぶら	ヨーグルト ラスク
19木	スライスパン ぎゅうにゅう パンクキンポータージュ スコッチエッグ やさいのあまずあえ いちじくジャム	ぎゅうにゅう ベーコン スコッチエッグ	かぼちゃ たまねぎ キャベツ にんじん	スライスパン バター ホワイトルウ なまクリーム さとう いちじくジャム	コーンむしパン
20金	むぎごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのいりに かぼちゃのてんぷら だいこんサラダ たくじょうわふうドレッシング	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく はんぺん	こんにやく にんじん さやいんげん かぼちゃのてんぷら だいこん きゅうり	むぎごはん さといも さとう なたねあぶら ドレッシング	とうにゅうジュース かし
21土	ディナーロールパン ぎゅうにゅう りんご	ぎゅうにゅう	りんご	ディナーロールパン	
23月	ごはん ぎゅうにゅう にくじゃが たらぎんがみやき わかめとやさいのごますあえ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく たらぎんがみやき わかめ	こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん きゅうり あかパブリカ とうもろこし	ごはん じゃがいも さとう ごま	フルーツゼリー かし
24火	りんごパン ぎゅうにゅう オニオンスープ マヨタコフライ カラフルサラダ たくじょうフレンチドレッシング	ぎゅうにゅう ベーコン マヨタコフライ	にんじん たまねぎ とうもろこし ローストオニオン あかパブリカ きパブリカ きゅうり だいこん	りんごパン じゃがいも なたねあぶら ドレッシング	かき ミニカップケーキ
25水	ごはん ぎゅうにゅう だいこんとぶたにくのもの さばのおかか チンゲンサイのごまあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく はんぺん こんぶ さばのおかかに	こんにやく だいこん にんじん さやいんげん チンゲンサイ もやし	ごはん さとう ごま	スイートポテト
26木	こがたロールパン ぎゅうにゅう やさいたつぷりやきそば ソーセージのケチャップに りんごヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ ソーセージ りんごヨーグルト	キャベツ にんじん もやし しょうが たまねぎ マッシュルーム グリンピース	こがたロールパン ちゅうかめん さとう こめあぶら	みかん かし
27金	ごはん ぎゅうにゅう うまに あじのなんばんづけ こんぶあえ	ぎゅうにゅう すりみだんご かくあげ あじのからあげ しおこんぶ	こんにやく にんじん たけのこ さやいんげん ねぎ きゅうり	ごはん じゃがいも さとう なたねあぶら	ベルギーワッフル
28土	クリームスティックパン ぎゅうにゅう みかん	ぎゅうにゅう	みかん	クリームスティックパン	
30月	ごはん ぎゅうにゅう はっぼうさい ちゅうかふうたまごまき くきわかめいりサラダ たくじょうあおじそドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく いか えび ちゅうかふうたまごまき くきわかめ	たまねぎ にんじん チンゲンサイ たけのこ くるきくらげ もやし きゅうり	ごはん でんぷん さとう	とうにゅうデザート
31火	ごはん ぎゅうにゅう ざくざくじる さんまのかばやき にまめ アセロラミニゼリー	ぎゅうにゅう さんま だいず	にんじん ねぎこんにやく ごぼう しめじ	ごはん さといも なたねあぶら さとう でんぷん アセロラミニゼリー	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	557	21.1	302
低年齢児	496	18.0	285



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。