



12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 金	はつがげんまいごはん ぎゅうにゅう ふゆやさいのカレーライス だいずサラダ たくじょうノンエッグマヨネーズ いちごヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず レッドキドニービーンズ ハム いちごヨーグルト	だいこん たまねぎ にんじん はくさい キャベツ とうもろこし	はつがげんまいごはん カレールウ さとう ノンエッグマヨネーズ	どうぶつ ホットケーキ
2 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	
4 月	ごはん ぎゅうにゅう マーボービーンズ かにしゅうまい みかん	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいず あかみそ かにしゅうまい	にんじん たまねぎ ねぎ しょうが にんにく みかん	ごはん さとう でんぷん こめあぶら	とうにゅうジュース かし
5 火	ラーメン ぎゅうにゅう みそラーメン わかさぎのなんばんづけ きゅうりのナムル アセロラミニゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ あかみそ わかさぎのからあげ やきのり	とうもろこし もやし キャベツ にんじん メンマ ねぎ きゅうり	ラーメン なたねあぶら さとう ごま ごまあぶら アセロラミニゼリー	やさいジュース ふかしいも
6 水	ごはん ぎゅうにゅう かんとうにあいちのごもくあつやきたまご キャベツのかおりあえ	ぎゅうにゅう あげボール ちくわ かくあげ こんぶ ごもくあつやきたまご	だいこん にんじん こんにやく キャベツ あおじそ	ごはん さといも さとう	みかん パンケーキ
7 木	ミルクロールパン ぎゅうにゅう コーンスープ あげざかなのレモンソースかけ ミックスフルーツ	ぎゅうにゅう ベーコン まぐろ	とうもろこし たまねぎ にんじん グリンピース レモンかじゅう みかん もも 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 なたねあぶら さとう	にくまん
8 金	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとじゃがいものきんぴら さばのてりやき こんぶあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく さばのてりやき しおこんぶ	しょうが にんじん こんにやく たけのこ ごぼう ピーマン きゅうり	ごはん じゃがいも ごま さとう	はっこうにゅう かし
9 土	まるレーズンパン ぎゅうにゅう みかん	ぎゅうにゅう	みかん	まるレーズンパン	
11 月	ごはん ぎゅうにゅう はっぼうさい はるまき ちゅうかあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく いか はるまき くきわかめ	たまねぎ はくさい にんじん チンゲンサイ たけのこ くるきくらげ もやし とうもろこし	ごはん でんぷん さとう なたねあぶら ごまあぶら	フルーツゼリー かし
12 火	ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる てりやきハンバーグ こまつなごまあえ	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ れんこんハンバーグ	だいこん ねぎ こんにやく にんじん ごぼう こまつな もやし	ごはん でんぷん こめあぶら さとう ごま	チーズドック
13 水	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとやさいのしょうがに いわしのにつけ キャベツのなめたけあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく いわしのにつけ	こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん しょうが キャベツ なめたけ	ごはん じゃがいも さとう	みかん ミニいまがわやき
14 木	クロワッサン ぎゅうにゅう ボルシチ はなやさいのサラダ たくじょうコーンクリームドレッシング こざかな	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ソーセージ だっしふんにゅう こざかな	たまねぎ にんじん キャベツ トマト ブロッコリー カリフラワー とうもろこし	クロワッサン じゃがいも ハヤシルウ オリーブオイル ドレッシング	いちごジャム むしパン
15 金	わかめごはん ぎゅうにゅう ごんべいじる ミンチカツ はくさいのごますあえ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ ミックスみそ ミンチカツ	だいこん にんじん ねぎ はくさい	わかめごはん じゃがいも なたねあぶら ごま さとう	ヨーグルト かし
16 土	ピンキーパン ぎゅうにゅう りんご	ぎゅうにゅう	りんご	ピンキーパン	
18 月	ごはん ぎゅうにゅう なまあげとぶたにくのみそいため たこやきはんぺん れんこんのゆかりあえ	ぎゅうにゅう なまあげ ぶたにく あかみそ たこやきはんぺん れんこん ゆかりこ	にんじん たけのこ キャベツ ねぎ しょうが しいたけ れんこん ゆかりこ	ごはん さとう こめあぶら	ケーキ
19 火	ごはん ぎゅうにゅう すきやき さんまのしょうがに もやしのおひたし	ぎゅうにゅう ぎゅうにく かまぼこ なまあげ さんまのしょうがに	こんにやく はくさい にんじん ねぎ もやし チンゲンサイ	ごはん さとう こめあぶら	バナナ かし
20 水	こがたロールパン ぎゅうにゅう やさいたっぷりやきそば ソーセージのケチャップに かたぬきチーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ ソーセージ かたぬきチーズ	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	おにまん
21 木	ごはん ぎゅうにゅう ミネストローネ こめこチキンナゲット えびピラフのぐ おたのしみ	ぎゅうにゅう ベーコン しろいんげんまめ こめこチキンナゲット えび	たまねぎ にんじん キャベツ トマトジュース とうもろこし マッシュルーム グリンピース	ごはん ライスマカロニ なたねあぶら こめあぶら おたのしみ	はっこうにゅう こめボンがし
22 金	わかめごはん ぎゅうにゅう みそしる ぶたにくのしょうがいため きゅうりのふくじんづけあえ	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ あかみそ ぶたにく	にんじん えのきたけ ねぎ たまねぎ キャベツ もやし しょうが きゅうり ふくじんづけ	わかめごはん でんぷん こめあぶら	かぼちゃのマフィン
25 月	ごはん ぎゅうにゅう すぶた だいこんサラダ たくじょうあおじそドレッシング さつまいもスティック	ぎゅうにゅう ぶたにく まぐろあぶらづけ	たまねぎ にんじん たけのこ チンゲンサイ しいたけ だいこん きゅうり	ごはん でんぷん なたねあぶら さとう さつまいもスティック	こめこ スティックケーキ
26 火	スライspan ぎゅうにゅう コンソメスープ パンプキンオムレツ コーンサラダ たくじょうフレンチドレッシング いちじくジャム	ぎゅうにゅう ベーコン パンプキンオムレツ	たまねぎ はくさい にんじん キャベツ きゅうり とうもろこし	スライspan じゃがいも ドレッシング いちじくジャム	りんご かし
27 水	ごはん ぎゅうにゅう にくじゃが にしんのみぞれに ごまキャベツ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく にしんのみぞれに	こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん キャベツ	ごはん じゃがいも さとう ごま	フルーツゼリー かし
28 木	おにぎり ぎゅうにゅう みそしる みかん	ぎゅうにゅう あぶらあげ みそ	だいこん にんじん みかん	おにぎり	ぎゅうにゅう 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	20.3	286
低年齢児	499	17.6	277

