



5がつこんだてひょう



安城市保育課
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	
7	火	ごはん ぎゅうにゅう ごもくスープ チャプチェ いちごヨーグルト	ぎゅうにゅう とうふ かまぼこ ぶたにく ヨーグルト	にんじん キャベツ もやし チンゲンサイ くるきくらげ たけのこ はねぎ しろねぎ しいたけ にんにく	ごはん でんぶん はるさめ さとう ごまあぶら ごま こめあぶら	ぶどうジュース かし
8	水	ごはん ぎゅうにゅう なまあげのちゅうかに もちごめむし 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 なまあげ もちごめむし くきわかめ	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 きゅうり	ごはん さとう ごまあぶら でんぶん	ミニプリン ラスク
9	木	うどん ぎゅうにゅう カレーなんばん こめこししゃもフライのやさいあんかけ キャベツのかおりあえ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ししゃもフライ	にんじん たまねぎ はねぎ しろねぎ しょうが キャベツ きやいんげん あおじそ	うどん カレールウ でんぶん なたねあぶら さとう こめあぶら	フルーチェ
10	金	スライスパン ぎゅうにゅう オニオンスープ テリヤキスコッチエッグ みどりキャベツ いちじくジャム	ぎゅうにゅう ベーコン テリヤキスコッチエッグ	にんじん たまねぎ キャベツ とうもろこし きゅうり ローストオニオン	スライスパン じゃがいも ジャム	やさいジュース こめこカップケーキ
11	土	ディナロールパン ぎゅうにゅう オレンジ	ぎゅうにゅう	オレンジ	ディナロールパン	
13	月	ごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのいりに さばのみそに こまつなごまあえ	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく はんぺん さばのみそに	こんにやく にんじん きやいんげん こまつな もやし	ごはん さとう さとう ごま	とうにゅうジュース かし
14	火	むぎごはん ぎゅうにゅう ハヤシライス オムレツ ファイバーゼリーのフルーツあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく だっしふんにゅう オムレツ	たまねぎ にんじん グリーンピース みかん パイナップル	むぎごはん じゃがいも ハヤシルウゼリー	バナナ かし
15	水	ごこごはん ぎゅうにゅう たけのこのみそしる えびカツ キャベツのごまじそあえ むらさきもチップス	ぎゅうにゅう あぶらあげ わかめ ミックスみそ えびカツ	にんじん たけのこ チンゲンサイ えのきたけ キャベツ あかじそ	ごこごはん なたねあぶら ごま むらさきもチップス	チーズむしケーキ
16	木	サンドイッチロールパン ぎゅうにゅう あさりのチャウダー スティックハンバーグ やさいのあまみそ たくじょうケチャップ	ぎゅうにゅう あさり ハム だっしふんにゅう ハンバーグ	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 バター さとう	きらきらかん
17	金	わかめごはん ぎゅうにゅう さわにわん あじのなんばんづけ れいとうみかん	ぎゅうにゅう ぶたにく はんぺん あじのからあげ	にんじん たけのこ ごぼう はねぎ しろねぎ しいたけ みかん	わかめごはん でんぶん なたねあぶら さとう	りんごのムース かし
18	土	クリームスティックパン ぎゅうにゅう バナナ	ぎゅうにゅう	バナナ	クリームスティックパン	
20	月	むぎごはん ぎゅうにゅう わふうカレーに ねぎいりたまごやき 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 ぶたにく なまあげ かいそう ねぎいりたまごやき	たまねぎ キャベツ にんじん きゅうり とうもろこし	むぎごはん じゃがいも カレールウ	フルーツゼリー かし
21	火	ごはん ぎゅうにゅう ちゃんこに しのだのみそかけ ポイルキャベツ たくじょうあまみそ	ぎゅうにゅう あまみそ とりにくだんご けんちんしのだ	もやし にんじん ごぼう チンゲンサイ こんにやく キャベツ	ごはん さとう	あまなつ かし
22	水	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとやさいのしょうがに れんこんサンドフライ ひじきとじゃこのふりかけ	ぎゅうにゅう ぶたにく れんこんサンドフライ まぐろあぶらづけ ひじき しらすばし かつおぶし	こんにやく たまねぎ にんじん きやいんげん しょうが チンゲンサイ	ごはん じゃがいも さとう なたねあぶら	とうにゅうデザート
23	木	ソフトめん ぎゅうにゅう だいついりミートソース アスパラガスのサラダ たくじょうフルドレッシング アセロミゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく だいつ だっしふんにゅう	たまねぎ にんじん キャベツ グリーンピース とうもろこし グリーンアスパラガス	ソフトめん じゃがいも ハヤシルウ さとう ドレッシング ゼリー	ミックスフルーツ
24	金	ごはん ぎゅうにゅう えびしんじょの チキンたつたあげ わかめとやさいのごまじそあえ	ぎゅうにゅう とうふ えびしんじょ わかめ チキンたつたあげ	チンゲンサイ にんじん えのきたけ あかパプリカ きゅうり とうもろこし	ごはん なたねあぶら ごま さとう	ヨーグルト かし
25	土	ピンキーパン ぎゅうにゅう バナナ	ぎゅうにゅう	バナナ	ピンキーパン	
27	月	ごはん ぎゅうにゅう あさりのみそしる こめこホキフライのこうみソースかけ たけのこごはんのぐ	ぎゅうにゅう あさり とうふ わかめ あかみそ こめこホキフライ とりにく	はくさい にんじん はねぎ しろねぎ レモンかじゅう たけのこ しいたけ	ごはん なたねあぶら さとう	ベルギーワッフル
28	火	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものそぼろに しそいりはんぺん こんぶ かたぬきチーズ	ぎゅうにゅう とりにく しそいりはんぺん こんぶ かたぬきチーズ	こんにやく たまねぎ にんじん グリーンピース きゅうり	ごはん じゃがいも さとう	オレンジ かし
29	水	わかめごはん ぎゅうにゅう おやこじる いわしのしょうがに もやしとキャベツのおひたし	ぎゅうにゅう とりにく たまご かまぼこ とうふ いわしのしょうがに	にんじん こまつな しいたけ もやし キャベツ	わかめごはん でんぶん さとう	ミニパン
30	木	あいちのツイストパン ぎゅうにゅう コーンスープ とりにくのカレーやき 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 とりにくのカレーやき	とうもろこし たまねぎ にんじん グリーンピース あおパパイア きゅうり	あいちのツイストパン じゃがいも パター ホワイトルウ ドレッシング	りんごジュース ふかしいも
31	金	ごはん ぎゅうにゅう マーボービーフ あいちのあげぎょうざ ちゅうかあえ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいつ あかみそ ぎょうざ	にんじん たまねぎ はねぎ しろねぎ しょうが にんにく もやし キャベツ とうもろこし	ごはん さとう でんぶん こめあぶら なたねあぶら ごまあぶら	やさいジュース こめボンバー

※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	548	19.5	257
低年齢児	494	16.8	250



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。