

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 4月前半

日 曜	献立名	3色食品群			3色食品群以外の 使用食材	1~2歳児		3~5歳児	
		熱や力になる もの	血や肉や骨に なるもの	体の調子を 整えるもの		エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	アレルギー (乳・卵・ 小麦・落花生・ そば・そば・スビ・ かに)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	アレルギー (乳・卵・ 小麦・落花生・ そば・そば・スビ・ かに)
1 金	ご飯 カラスカレイの煮付け じゃが芋と厚揚げの炒め煮 みそ汁 フルーツ(黄桃缶)	ご飯・じゃが芋・ 砂糖・油	カラスカレイ・厚 揚げ・味噌	ごぼう・黄桃缶・ 玉ねぎ・小松菜・ 人参・生姜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油	311 kcal 13.0 g 10.6 g 43.9 g 0.6 g	小麦	420 kcal 17.6 g 14.3 g 59.3 g 0.8 g	小麦
2 土	カレーライス 大根のマヨサラダ スープ フルーツ(白桃缶)	ご飯・じゃが芋・ マヨネーズ・砂 糖・油	豆腐・豚肉	きゅうり・コー ン・チンゲン菜・ 玉ねぎ・人参・大 根・白桃缶	SBカレーの王子 さま顆粒・酒・出 し汁・醤油・水・ 精製塩	293 kcal 9.4 g 7.6 g 48.8 g 0.9 g	卵・小麦	396 kcal 12.7 g 10.3 g 65.9 g 1.2 g	卵・小麦
3 日	みそ煮込みうどん お豆腐の中華サラダ フルーツ(オレンジ)	うどん・ごま油・ 砂糖	豆腐・豚肉・味 噌・油揚げ	インゲン・オレンジ ・トマト・ワカ メ・玉ねぎ・人 参・白菜	酒・出し汁・醤油 ・酢	251 kcal 12.9 g 8.5 g 31.1 g 1.1 g	小麦	339 kcal 17.4 g 11.5 g 42.0 g 1.5 g	小麦
4 月	チキンライス かぼちゃのグラタン風 スープ フルーツ(白桃缶)	ご飯・バター・パ ン粉・小麦粉	ツナフレーク缶・ 鶏肉・豆乳	かぼちゃ・グリーン ピース・フロク コリー・ワカメ・ 玉ねぎ・人参・白 桃缶	ケチャップ・出し 汁・醤油・水・精 製塩	279 kcal 10.4 g 6.2 g 47.3 g 0.7 g	乳・小麦	377 kcal 14.0 g 8.4 g 63.9 g 0.9 g	乳・小麦
5 火	ご飯 鮭の磯辺焼き 豚肉と切干大根の煮物 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・片栗 粉・油	鮭・豚肉・味噌	あおさ粉・インゲ ン・オレンジ・ キャベツ・玉ね ぎ・人参・切干大 根	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油	283 kcal 14.9 g 6.0 g 43.2 g 0.6 g	小麦	382 kcal 20.1 g 8.1 g 58.3 g 0.8 g	小麦
6 水	ご飯 ふんわりつくね焼き 小松菜のちりめん炒め ずまし汁	ごま油・ご飯・パ ン粉・花ひ・砂 糖・油	ちりめん干し・鶏 肉・粉豆腐・味噌	トマト・ワカメ・ 小松菜・人参・生 姜・長ねぎ	出し汁・醤油・ 水・精製塩	278 kcal 12.6 g 9.2 g 37.1 g 1.1 g	小麦	375 kcal 17.0 g 12.4 g 50.1 g 1.5 g	小麦
7 木	ご飯 豚肉と春野菜の豆乳クリーム煮 春雨サラダ スープ	ごま油・ご飯・砂 糖・春雨・小麦 粉・油	豆乳・豚肉	キャベツ・きゅう り・しめじ・ス ナップエンドウ・ パプリカ黄・玉ね ぎ・人参	酒・出し汁・醤油 ・酢・水・精製 塩	286 kcal 11.9 g 7.1 g 45.0 g 0.6 g	小麦	386 kcal 16.1 g 9.6 g 60.8 g 0.8 g	小麦
8 金	●ひよこライス 照り焼きハンバーグ みそ汁 フルーツ(バナナ)	ごま・ご飯・パン 粉・砂糖・焼ひ・ 油	豆乳・豚肉・味噌	コーン・バナナ・ ブロッコリー・も やし・玉ねぎ・人 参	ケチャップ・みり ん風調味料・酒・ 出し汁・醤油	277 kcal 10.7 g 7.9 g 42.4 g 0.6 g	小麦	374 kcal 14.4 g 10.7 g 57.2 g 0.8 g	小麦
9 土	ナポリタン 豚肉と野菜の豆乳スープ フルーツ(白桃缶)	じゃが芋・スパ ゲッティ・パ ター・砂糖・片栗 粉・油	鶏肉・豆乳・豚肉	ピーマン・玉ね ぎ・人参・白菜・ 白桃缶	ウスターソース・ ケチャップ・酒・ 出し汁・精製塩	263 kcal 11.3 g 8.8 g 34.5 g 0.6 g	乳・小麦	355 kcal 15.3 g 11.9 g 46.6 g 0.8 g	乳・小麦
10 日	ご飯 チキンのコン炒め 小松菜としらすの炒め煮 みそ汁	ごま油・ご飯・ じゃが芋・砂糖・ 油	しらす干し・鶏 肉・味噌	コーン・ワカメ・ 玉ねぎ・小松菜・ 人参・大根	出し汁・醤油・精 製塩	278 kcal 12.0 g 8.9 g 38.6 g 1.0 g	小麦	375 kcal 16.2 g 12.0 g 52.1 g 1.4 g	小麦
11 月	鉄分強化！ふりかけご飯 さつま芋のツナコロッケ 鶏肉と豆腐の煮物 みそ汁	ご飯・さつま芋・ パン粉・砂糖・小 麦粉・油	ツナフレーク缶・ 鶏肉・豆腐・味 噌・油揚げ	インゲン・トマ ト・玉ねぎ・人 参・白菜	ふりかけ・出し 汁・醤油・水・精 製塩	372 kcal 12.5 g 12.1 g 56.0 g 0.7 g	小麦	502 kcal 16.9 g 16.3 g 75.6 g 0.9 g	小麦
12 火	ご飯 助赤タラの甘酢漬け 豚肉と大根の炒め煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・小麦 粉・焼ひ・油	スケソウダラ・豚 肉・味噌	オレンジ・チンゲ ン菜・パプリカ 赤・玉ねぎ・人 参・大根	酒・出し汁・醤油 ・酢	271 kcal 13.3 g 6.7 g 40.2 g 0.7 g	小麦	366 kcal 18.0 g 9.0 g 54.3 g 0.9 g	小麦
13 水	ミートスパゲッティ 白菜と人参のツナサラダ スープ	スパゲッティ・砂 糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・ 鶏肉・豆腐	パセリ・玉ねぎ・ 人参・長ねぎ・白 菜	ウスターソース・ ケチャップ・酒・ 出し汁・醤油・ 酢・水・精製塩	275 kcal 12.3 g 10.5 g 32.9 g 1.0 g	小麦	371 kcal 16.6 g 14.2 g 44.4 g 1.4 g	小麦
14 木	コーンピラフ 煮込みハンバーグ スパゲッティサラダ 豆腐スープ フルーツ(オレンジ)	ご飯・スパゲッ ティ・バター・マ ヨネーズ・砂糖・ 油	ハンバーグ・豆腐	オレンジ・キャベ ツ・きゅうり・ コーン・しめじ・ ブロッコリー・玉 ねぎ・人参	SBハヤシの王子 さま顆粒・出し 汁・醤油・水・精 製塩	348 kcal 11.5 g 11.8 g 51.4 g 1.1 g	乳・卵・小麦	470 kcal 15.5 g 15.9 g 69.4 g 1.5 g	乳・卵・小麦
15 金	ご飯 カラスカレイの煮付け じゃが芋と厚揚げの炒め煮 みそ汁 フルーツ(黄桃缶)	ご飯・じゃが芋・ 砂糖・油	カラスカレイ・厚 揚げ・味噌	ごぼう・黄桃缶・ 玉ねぎ・小松菜・ 人参・生姜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油	311 kcal 13.0 g 10.6 g 43.9 g 0.6 g	小麦	420 kcal 17.6 g 14.3 g 59.3 g 0.8 g	小麦

※都合により、献立を変更する場合がございます。

年齢	給食栄養目標量		当月平均給食栄養量			
	17g/たんぱく質/脂質/炭水化物/塩分	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g	塩分g
3~5歳	390/16.1/10.8/57.0/1.1未満	387	16.1	10.5	59.2	1.1
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	287	11.9	7.8	43.9	0.8



ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 4月後半

日 曜	献立名	3色食品群			3色食品群以外の 使用食材	1～2歳児		3～5歳児	
		熱や力になる もの	血や肉や骨に なるもの	体の調子を 整えるもの		エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	アレルギー (卵・豆・ 小麦・落花生・ そば・そば・ かに)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	アレルギー (卵・豆・ 小麦・落花生・ そば・そば・ かに)
16 土	カレーライス 大根のマヨサラダ スープ フルーツ (白桃缶)	ご飯・じゃが芋・ マヨネーズ・砂 糖・油	豆腐・豚肉	きゅうり・コー ン・チンゲン菜・ 玉ねぎ・人参・大 根・白桃缶	SBカレーの王子 さま顆粒・酒・出 し汁・醤油・水・ 精製塩	293 kcal 9.4 g 7.6 g 48.8 g 0.9 g	卵・小麦	396 kcal 12.7 g 10.3 g 65.9 g 1.2 g	卵・小麦
17 日	みそ煮込みうどん お豆腐の中華サラダ フルーツ (オレンジ)	うどん・ごま油・ 砂糖	豆腐・豚肉・味 噌・油揚げ	インゲン・オレンジ ・トマト・ワカ メ・玉ねぎ・人 参・白菜	酒・出し汁・醤 油・酢	251 kcal 12.9 g 8.5 g 31.1 g 1.1 g	小麦	339 kcal 17.4 g 11.5 g 42.0 g 1.5 g	小麦
18 月	チキンライス かぼちゃのグラタン風 スープ フルーツ (白桃缶)	ご飯・バター・パ ン粉・小麦粉	ツナフレーク缶・ 鶏肉・豆乳	かぼちゃ・グリン ピース・ブロッ コリ・ワカメ・玉 ねぎ・人参・白桃 缶	ケチャップ・出 し汁・醤油・水・精 製塩	279 kcal 10.4 g 6.2 g 47.3 g 0.7 g	乳・小麦	377 kcal 14.0 g 8.4 g 63.9 g 0.9 g	乳・小麦
19 火	ご飯 鮭の磯辺焼き 豚肉と切干大根の煮物 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	ご飯・砂糖・片栗 粉・油	鮭・豚肉・味噌	あおさ粉・インゲ ン・オレンジ・ キャベツ・玉ね ぎ・人参・切干大 根	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油	283 kcal 14.9 g 6.0 g 43.2 g 0.6 g	小麦	382 kcal 20.1 g 8.1 g 58.3 g 0.8 g	小麦
20 水	ご飯 ふんわりつくね焼き 小松菜のちりめん炒め すまし汁	ごま油・ご飯・パ ン粉・花ふ・砂 糖・油	ちりめん干し・鶏 肉・粉豆腐・味噌	トマト・ワカメ・ 小松菜・人参・生 姜・長ねぎ	出し汁・醤油・ 水・精製塩	278 kcal 12.6 g 9.2 g 37.1 g 1.1 g	小麦	375 kcal 17.0 g 12.4 g 50.1 g 1.5 g	小麦
21 木	ご飯 豚肉と春野菜の豆乳クリーム煮 春雨サラダ スープ	ごま油・ご飯・砂 糖・春雨・小麦 粉・油	豆乳・豚肉	キャベツ・きゅう り・コーン・しめ じ・スナップエンド ウ・玉ねぎ・人 参	酒・出し汁・醤 油・酢・水・精製 塩	290 kcal 12.1 g 7.2 g 45.6 g 0.6 g	小麦	392 kcal 16.3 g 9.7 g 61.6 g 0.8 g	小麦
22 金	●アスバラガスのピラフ 照り焼きハンバーグ みそ汁 フルーツ (バナナ)	ご飯・バター・パ ン粉・砂糖・焼 ふ・油	豆乳・豚肉・味噌	グリーンアスパ ラ・バナナ・プ ロッコリ・もよ し・玉ねぎ・人 参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤 油・精製塩	273 kcal 10.6 g 8.1 g 41.1 g 0.6 g	乳・小麦	369 kcal 14.3 g 10.9 g 55.5 g 0.8 g	乳・小麦
23 土	ナポリタン 豚肉と野菜の豆乳スープ フルーツ (白桃缶)	じゃが芋・スパ ゲッティ・パ ン粉・砂糖・片栗 粉・油	鶏肉・豆乳・豚肉	ピーマン・玉ね ぎ・人参・白菜・ 白桃缶	ウスターソース・ ケチャップ・酒・ 出し汁・精製塩	263 kcal 11.3 g 8.8 g 34.5 g 0.6 g	乳・小麦	355 kcal 15.3 g 11.9 g 46.6 g 0.8 g	乳・小麦
24 日	ご飯 チキンのコーン炒め 小松菜としらすの炒め煮 みそ汁	ごま油・ご飯・ じゃが芋・砂糖・ 油	しらす干し・鶏 肉・味噌	コーン・ワカメ・ 玉ねぎ・小松菜・ 人参・大根	出し汁・醤油・精 製塩	278 kcal 12.0 g 8.9 g 38.6 g 1.0 g	小麦	375 kcal 16.2 g 12.0 g 52.1 g 1.4 g	小麦
25 月	鉄分強化！ふりかけご飯 さつまいものツナコロッケ 鶏肉と豆腐の煮物 みそ汁	ご飯・さつまい も・パン粉・砂糖・小 麦粉・油	ツナフレーク缶・ 鶏肉・豆腐・味 噌・油揚げ	インゲン・トマ ト・玉ねぎ・人 参・白菜	ふりかけ・出 し汁・醤油・水・精 製塩	372 kcal 12.5 g 12.1 g 56.0 g 0.7 g	小麦	502 kcal 16.9 g 16.3 g 75.6 g 0.9 g	小麦
26 火	ご飯 助宗タラの甘酢漬け 豚肉と大根の炒め煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	ご飯・砂糖・小麦 粉・焼ふ・油	スケソウタラ・豚 肉・味噌	オレンジ・チンゲ ン菜・パプリカ ・赤・玉ねぎ・人 参・大根	酒・出し汁・醤 油・酢	271 kcal 13.3 g 6.7 g 40.2 g 0.7 g	小麦	366 kcal 18.0 g 9.0 g 54.3 g 0.9 g	小麦
27 水	ミートスパゲッティ 白菜と人参のツナサラダ スープ	スパゲッティ・砂 糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・ 鶏肉・豆腐	パセリ・玉ねぎ・ 人参・長ねぎ・白 菜	ウスターソース・ ケチャップ・酒・ 出し汁・醤油・ 酢・水・精製塩	275 kcal 12.3 g 10.5 g 32.9 g 1.0 g	小麦	371 kcal 16.6 g 14.2 g 44.4 g 1.4 g	小麦
28 木	ご飯 白糸タラのコロコロ甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	ご飯・さつまい も・砂糖・片栗粉・油	シロイタダ・豚 肉・ヨーグルト・ 肉・味噌	キャベツ・ひじ き・人参・大根・ 万能ねぎ	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤 油・水	296 kcal 11.5 g 7.5 g 48.1 g 0.8 g	乳・小麦	400 kcal 15.5 g 10.1 g 64.9 g 1.1 g	乳・小麦
29 金	ご飯 カラスカレイの煮付け じゃが芋と豆腐の炒め煮 みそ汁 フルーツ (黄桃缶)	ご飯・じゃが芋・ 砂糖・油	カラスカレイ・豆 腐・味噌	ごぼう・黄桃缶・ 玉ねぎ・小松菜・ 人参・生姜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油	267 kcal 10.1 g 6.5 g 44.7 g 0.6 g	小麦	360 kcal 13.6 g 8.8 g 60.3 g 0.8 g	小麦
30 土	カレーライス 大根のマヨサラダ スープ フルーツ (白桃缶)	ご飯・じゃが芋・ マヨネーズ・砂 糖・油	豆腐・豚肉	きゅうり・コー ン・チンゲン菜・ 玉ねぎ・人参・大 根・白桃缶	SBカレーの王子 さま顆粒・酒・出 し汁・醤油・水・ 精製塩	293 kcal 9.4 g 7.6 g 48.8 g 0.9 g	卵・小麦	396 kcal 12.7 g 10.3 g 65.9 g 1.2 g	卵・小麦

※都合により、献立を変更する場合がございます。

年齢	給食栄養目標量		当月平均給食栄養量			
	17種たんぱく質/脂質/炭水化物/塩分	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g	塩分g
3～5歳	390/16.1/10.8/57.0/1.1未満	387	16.1	10.5	59.2	1.1
1～2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	287	11.9	7.8	43.9	0.8



ママサポ・テラス