

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 6月前半

日 曜	幼児食 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・えび・ 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・えび・ かに)		
1	水	ご飯 豚肉と野菜の豆乳クリーム煮 トマトとキャベツのサラダ スープ	ご飯・砂糖・小麦 粉・油	豆乳・豚肉	キャベツ・トマ ト・ほうれん草・ 玉ねぎ・人参・万 能ねぎ	酒・出し汁・醤油 ・酢・水・精製 塩	268 11.8 7.2 40.4 0.7	kcal g g g g	362 15.9 9.7 54.5 0.9	kcal g g g g	小麦 小麦
2	木	中華風冷やしソメメン じゃが芋のごまがらめ フルーツ(オレンジ)	ごま・ごま油・ じゃが芋・ソメ メン・砂糖・片栗 粉・油	鶏肉	オレンジ・きゅう り・ワカメ・人参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・酢・水	253 11.9 5.1 40.1 0.8	kcal g g g g	342 16.1 6.9 54.1 1.1	kcal g g g g	小麦 小麦
3	金	チキンライス さつま芋のツナグラタン風 スープ ヨーグルト	ご飯・さつま芋・ バター・パン粉・ 砂糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・ ヨーグルト・鶏 肉・豆乳	ごぼう・パセリ・ 玉ねぎ・人参・長 ねぎ	ケチャップ・出し 汁・醤油・水・精 製塩	318 10.6 8.5 52.3	kcal g g g	429 14.3 11.5 70.6 0.9	kcal g g g g	乳・小麦 乳・小麦
4	土	ハヤシライス キャベツとインゲンのしらす和え スープ フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・油	しらす干し・豚 肉	インゲン・オレンジ ・キャベツ・グ リンピース・ワカ メ・玉ねぎ・人 参・大根	SBハヤシの王子 さま顆粒・酒・出 し汁・醤油・水・ 精製塩	256 9.6 4.4 46.1 1.5	kcal g g g g	346 13.0 5.9 62.2 2.0	kcal g g g g	小麦 小麦
5	日	ご飯 チンゲン菜と豚肉のごまみそ炒め 切干大根ときゅうりのサラダ ずまし汁	ごま・ご飯・砂 糖・油	豚肉・味噌	きゅうり・コー ン・しめじ・チン ゲン菜・なす・玉 ねぎ・人参・切干 大根	酒・出し汁・醤油 ・酢・水・精製 塩	270 10.8 7.2 42.3 0.7	kcal g g g g	365 14.6 9.7 57.1 0.9	kcal g g g g	小麦 小麦
6	月	ご飯 カラスカレイの照り焼き 豚肉と大根のひじき煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・小麦 粉・油	カラスカレイ・豚 肉・味噌・油揚げ	オレンジ・キャベ ツ・ひじき・プ ロココリー・人 参・大根	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・精製塩	297 12.5 10.5 39.6 0.6	kcal g g g g	401 16.9 14.2 53.5 0.8	kcal g g g g	小麦 小麦
7	火	鉄分強化!ふりかけご飯 助産タラの衣焼き 豚しゃぶサラダ みそ汁 フルーツ(洋なし缶)	ご飯・砂糖・小麦 粉・片栗粉・油	スネソウタラ・豚 肉・味噌	きゅうり・トマ ト・ワカメ・玉 ねぎ・人参・洋なし 缶	ふりかけ・みりん 風調味料・酒・出 し汁・醤油・酢	271 13.4 5.5 42.6 0.9	kcal g g g g	366 18.1 7.4 57.5 1.2	kcal g g g g	小麦 小麦
8	水	ご飯 豆腐と豚肉のうま煮 大根とほうれん草のサラダ みそ汁	ごま油・ご飯・砂 糖・片栗粉	豆腐・豚肉・味 噌・油揚げ	グリーンピース・ご ぼう・ほうれん 草・玉ねぎ・人 参・大根	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・酢	286 12.4 8.1 41.8 0.6	kcal g g g g	386 16.7 10.9 56.4 0.8	kcal g g g g	小麦 小麦
9	木	●あじさいご飯 鶏肉とかぼちゃの煮物 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・花ふ・砂 糖・油	鶏肉・鮭・味噌	インゲン・オレンジ ・かぼちゃ・ キャベツ・きゅう り・コーン・人参	出し汁・醤油・ 酢・精製塩	294 14.5 7.0 45.0 0.6	kcal g g g g	397 19.6 9.5 60.8 0.8	kcal g g g g	小麦 小麦
10	金	ご飯 鶏肉とほうれん草の豆腐あんかけ 切干大根と人参の炒め物 みそ汁	ご飯・砂糖・片栗 粉・油	鶏肉・豆腐・味 噌・油揚げ	ごぼう・しめじ・ ほうれん草・玉 ねぎ・人参・切干 大根	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油	301 12.5 9.7 43.5 0.7	kcal g g g g	406 16.9 13.1 58.7 0.9	kcal g g g g	小麦 小麦
11	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 9.4 7.6 48.8 0.9	kcal g g g g	396 12.7 10.3 65.9 1.2	kcal g g g g	卵・小麦 卵・小麦
12	日	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 11.3 8.8 34.5 0.6	kcal g g g g	355 15.3 11.9 46.6 0.8	kcal g g g g	乳・小麦 乳・小麦
13	月	納豆ごはん 豚肉の玉ねぎソース きゅうりと人参の胡麻サラダ みそ汁	ごま・ごま油・ご 飯・砂糖・油	豚肉・納豆・味噌	インゲン・きゅう り・チンゲン菜・ トマト・玉ねぎ・ 人参	酒・出し汁・醤油 ・酢	284 13.0 9.7 38.2 0.7	kcal g g g g	383 17.6 13.1 51.6 0.9	kcal g g g g	小麦 小麦
14	火	ご飯 鮭のあまから煮 鶏肉と野菜の塩炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ごま油・ご飯・さ つま芋・砂糖・片 栗粉	鶏肉・鮭・味噌・ 油揚げ	オレンジ・玉 ねぎ・人参・白菜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・精製塩	292 14.1 6.3 44.7 0.6	kcal g g g g	394 19.0 8.5 60.3 0.8	kcal g g g g	小麦 小麦
15	水	ご飯 豚肉と野菜の豆乳クリーム煮 トマトとキャベツのサラダ スープ	ご飯・砂糖・小麦 粉・油	豆乳・豚肉	キャベツ・トマ ト・ほうれん草・ 玉ねぎ・人参・万 能ねぎ	酒・出し汁・醤油 ・酢・水・精製 塩	268 11.8 7.2 40.4 0.7	kcal g g g g	362 15.9 9.7 54.5 0.9	kcal g g g g	小麦 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	388	16.8	10.8	57.7	1.0
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	287	12.4	8.0	42.7	0.7



ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 6月後半

日	曜	幼児食 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・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・スビ・ かに)	
16	木	中華風冷やしソーメン じゃが芋のごまがらめ フルーツ (オレンジ)	ごま・ごま油・ じゃが芋・ソーメン ・砂糖・片栗 粉・油	鶏肉	オレンジ・きゅう り・ワカメ・人参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・酢・水	253 11.9 5.1 40.1 0.8	kcal g g g g	342 16.1 6.9 54.1 1.1	kcal g g g g	小麦
17	金	チキンライス さつま芋のツナグラタン風 スープ ヨーグルト	ご飯・さつま芋・ バター・パン粉・ 砂糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・ ヨーグルト・鶏 肉・豆乳	ごぼう・パセリ・ 玉ねぎ・人参・長 ねぎ	ケチャップ・出し 汁・醤油・水・精 製塩	318 10.6 8.5 52.3 0.7	kcal g g g g	429 14.3 11.5 70.6 0.9	kcal g g g g	乳・小麦
18	土	ハヤシライス キャベツとインゲンのしらす和え スープ フルーツ (オレンジ)	ご飯・砂糖・油	しらす干し・豚肉	インゲン・オレンジ ・キャベツ・グ リンピース・ワカ メ・玉ねぎ・人 参・大根	SBハヤシの王子 さま顆粒・酒・出 し汁・醤油・水・ 精製塩	256 9.6 4.4 46.1 1.5	kcal g g g g	346 13.0 5.9 62.2 2.0	kcal g g g g	小麦
19	日	ご飯 チンゲン菜と豚肉のごまみそ炒め 切干大根ときゅうりのサラダ すまし汁	ごま・ご飯・砂 糖・油	豚肉・味噌	きゅうり・コー ン・チンゲン菜・ なす・玉ねぎ・人 参・切干大根・冬 瓜	酒・出し汁・醤 油・酢・水・精製 塩	271 10.8 7.2 42.5 0.7	kcal g g g g	366 14.6 9.7 57.4 0.9	kcal g g g g	小麦
20	月	ご飯 カラスカレイの照り焼き 豚肉と大根のひじき煮 みそ汁 フルーツ (みかん缶)	ご飯・砂糖・小麦 粉・油	カラスカレイ・豚 肉・味噌・油揚げ	キャベツ・ひじ き・フロッケ リー・みかん缶・ 人参・大根	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・精製塩	303 12.5 10.5 40.8 0.6	kcal g g g g	409 16.9 14.2 55.1 0.8	kcal g g g g	小麦
21	火	鉄分強化!ふりかけご飯 助産タラの衣焼き 豚しゃぶサラダ みそ汁 フルーツ (洋なし缶)	ご飯・砂糖・小麦 粉・片栗粉・油	スクソウタラ・豚 肉・味噌	きゅうり・トマ ト・ワカメ・玉ね ぎ・人参・洋なし 缶	ふりかけ・みりん 風調味料・酒・出 し汁・醤油・酢	271 13.4 5.5 42.6 0.9	kcal g g g g	366 18.1 7.4 57.5 1.2	kcal g g g g	小麦
22	水	ご飯 豆腐と豚肉のうま煮 大根とほうれん草のサラダ みそ汁	ごま油・ご飯・砂 糖・片栗粉	豆腐・豚肉・味 噌・油揚げ	グリーンピース・ご ぼう・ほうれん 草・玉ねぎ・人 参・大根	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・酢	286 12.4 8.1 41.8 0.6	kcal g g g g	386 16.7 10.9 56.4 0.8	kcal g g g g	小麦
23	木	●鮭とコーンのコロコロおにぎり 鶏肉とキャベツとアスパラの炒め物 かぼちゃの煮物 フルーツ (オレンジ)	ご飯・砂糖・油	鶏肉・鮭	あおさ粉・オレンジ ・かぼちゃ・ キャベツ・グリー ンアスパラ・コー ン・人参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・精製塩	303 14.2 7.0 47.4 0.4	kcal g g g g	409 19.2 9.5 64.0 0.5	kcal g g g g	小麦
24	金	ご飯 鶏肉とほうれん草の豆腐あんかけ 切干大根と人参の炒め物 みそ汁	ご飯・砂糖・片栗 粉・油	鶏肉・豆腐・味 噌・油揚げ	ごぼう・しめじ・ ほうれん草・玉ね ぎ・人参・切干大 根	みりん風調味料・ 出し汁・醤油	301 12.5 9.7 43.5 0.7	kcal g g g g	406 16.9 13.1 58.7 0.9	kcal g g g g	小麦
25	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 9.4 7.6 48.8 0.9	kcal g g g g	396 12.7 10.3 65.9 1.2	kcal g g g g	卵・小麦
26	日	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 11.3 8.8 34.5 0.6	kcal g g g g	355 15.3 11.9 46.6 0.8	kcal g g g g	乳・小麦
27	月	納豆ごはん 豚肉の玉ねぎソース きゅうりと人参の胡麻サラダ みそ汁	ごま・ごま油・ご 飯・砂糖・油	豚肉・納豆・味噌	インゲン・きゅう り・チンゲン菜・ トマト・玉ねぎ・ 人参	酒・出し汁・醤 油・酢	284 13.0 9.7 38.2 0.7	kcal g g g g	383 17.6 13.1 51.6 0.9	kcal g g g g	小麦
28	火	ご飯 鮭のあまから煮 鶏肉と野菜の塩炒め みそ汁 フルーツ (オレンジ)	ごま油・ご飯・さ つま芋・砂糖・片 栗粉	鶏肉・鮭・味噌・ 油揚げ	オレンジ・玉ね ぎ・人参・白菜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・精製塩	292 14.1 6.3 44.7 0.6	kcal g g g g	394 19.0 8.5 60.3 0.8	kcal g g g g	小麦
29	水	ご飯 豚肉と野菜の豆乳クリーム煮 トマトとキャベツのサラダ スープ	ご飯・砂糖・小麦 粉・油	豆乳・豚肉	キャベツ・トマ ト・ほうれん草・ 玉ねぎ・人参・万 能ねぎ	酒・出し汁・醤 油・酢・水・精製 塩	268 11.8 7.2 40.4 0.7	kcal g g g g	362 15.9 9.7 54.5 0.9	kcal g g g g	小麦
30	木	中華風冷やしソーメン じゃが芋のごまがらめ フルーツ (オレンジ)	ごま・ごま油・ じゃが芋・ソーメン ・砂糖・片栗 粉・油	鶏肉	オレンジ・きゅう り・ワカメ・人参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・酢・水	253 11.9 5.1 40.1 0.8	kcal g g g g	342 16.1 6.9 54.1 1.1	kcal g g g 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	給食と栄養目標量		当月平均給食と栄養量			
	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	388	16.8	10.8	57.7	1.0
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	287	12.4	8.0	42.7	0.7

