

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 8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・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)
1 月	ご飯 カラスカレイの甘辛だれ 豚肉と小松菜の煮物 みそ汁 フルーツ (黄桃缶)	ご飯・砂糖・片栗粉・油	カラスカレイ・豚肉・味噌	ごぼう・トマト・黄桃缶・玉ねぎ・小松菜・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	282 kcal 11.5 g 7.4 g 43.5 g 0.6 g	小麦	381 kcal 15.5 g 10.0 g 58.7 g 0.8 g	小麦
2 火	冷やし鶏ソーマン かぼちゃのごまがらめ フルーツ (オレンジ)	ごま・ごま油・ソーマン・砂糖・片栗粉・油	ワカメ・鶏肉	オレンジ・かぼちゃ・きゅうり・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水	262 kcal 12.1 g 5.2 g 41.7 g 0.8 g	小麦	354 kcal 12.3 g 7.0 g 56.3 g 1.1 g	小麦
3 水	ご飯 豆腐と豚肉の煮物 大根と人参のサラダ みそ汁	ごま油・ご飯・さつま芋・砂糖・油	豆腐・豚肉・味噌	ほうれん草・玉ねぎ・人参・大根・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢	277 kcal 11.4 g 7.1 g 42.7 g 0.5 g	小麦	374 kcal 15.4 g 9.6 g 57.6 g 0.7 g	小麦
4 木	●金魚飯 (岐阜県) 鶏ちゃん焼き (岐阜県) ボテトサラダ すまし汁 フルーツ (オレンジ)	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・油	鶏肉・味噌・油揚げ	オレンジ・キャベツ・グリーンピース・ピーマン・玉ねぎ・小松菜・人参・生姜・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	320 kcal 12.4 g 10.0 g 47.4 g 1.0 g	小麦	432 kcal 16.7 g 13.5 g 64.0 g 1.4 g	小麦
5 金	冷やし豆乳坦々そうめん 大根とわかめの中中華え フルーツ (オレンジ)	ごま・ごま油・ソーマン・砂糖・片栗粉	ワカメ・鶏肉・豆乳・味噌	オレンジ・きゅうり・人参・生姜・大根・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	269 kcal 9.7 g 9.1 g 36.1 g 1.3 g	小麦	363 kcal 13.1 g 12.3 g 48.7 g 1.8 g	小麦
6 土	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉のケチャップ炒め ツナ炒り粉豆腐 みそ汁	ご飯・花ふ・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・鶏肉・粉豆腐・味噌	キャベツ・グリーンピース・コーン・ピーマン・玉ねぎ・人参	ウスターソース・ケチャップ・ふりかけ・出し汁・醤油・水	311 kcal 13.3 g 10.4 g 42.4 g 1.0 g	小麦	420 kcal 18.0 g 14.0 g 57.2 g 1.4 g	小麦
7 日	豚肉と夏野菜の甘辛丼 ほうれん草のマヨ醤油サラダ みそ汁	ご飯・じゃが芋・マヨネーズ・砂糖・油	豚肉・味噌	なす・パプリカ・赤・ほうれん草・玉ねぎ・人参・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	254 kcal 10.2 g 7.3 g 38.8 g 0.6 g	卵・小麦	343 kcal 13.8 g 9.9 g 52.4 g 0.8 g	卵・小麦
8 月	豚丼 大根サラダ みそ汁	ごま・ご飯・砂糖・焼心・油	豚肉・味噌	キャベツ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	256 kcal 10.4 g 7.0 g 39.3 g 0.6 g	小麦	346 kcal 14.0 g 9.5 g 53.1 g 0.8 g	小麦
9 火	鉄分強化！ふりかけご飯 ポークソテー BBQソース 白菜のしらすサラダ みそ汁	ご飯・マヨネーズ・砂糖・油	しらす干し・豆腐・豚肉・味噌	トマト・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ウスターソース・ケチャップ・ふりかけ・酒・出し汁・醤油・水	266 kcal 12.0 g 8.3 g 37.0 g 1.0 g	卵・小麦	359 kcal 16.2 g 11.2 g 50.0 g 1.4 g	卵・小麦
10 水	ご飯 鶏肉と夏野菜のトマト煮込み ほうれん草のコーンサラダ みそ汁	ごま油・ご飯・砂糖・油	ワカメ・鶏肉・味噌・油揚げ	カットトマトパック・かぼちゃ・グリーンピース・コーン・なす・ほうれん草・玉ねぎ	ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水	304 kcal 12.2 g 9.9 g 42.8 g 0.8 g	小麦	410 kcal 16.5 g 13.4 g 57.8 g 1.1 g	小麦
11 木	鉄分強化！ふりかけご飯 鮭の照り焼き 白菜とひじきのそぼろ煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	ご飯・砂糖・小麦粉・油	鮭・豆腐・豚肉・味噌	オレンジ・ひじき・玉ねぎ・人参・白菜	ふりかけ・みりん風調味料・出し汁・醤油	299 kcal 16.2 g 8.2 g 41.5 g 0.8 g	小麦	404 kcal 21.9 g 11.1 g 56.0 g 1.1 g	小麦
12 金	ポークカレーライス きゅうりとワカメのサラダ スープ フルーツ (みかん缶)	ごま・ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・油	ワカメ・豚肉	きゅうり・コーン・パプリカ黄・ほうれん草・みかん缶・玉ねぎ・人参	SBカレーの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	279 kcal 8.6 g 6.5 g 48.5 g 1.1 g	小麦	377 kcal 11.6 g 8.8 g 65.5 g 1.5 g	小麦
13 土	ご飯 豆腐と豚肉のみそ煮 切干大根の炒めもの すまし汁	ご飯・砂糖・油	豆腐・豚肉・味噌・油揚げ	インゲン・ごぼう・玉ねぎ・人参・切干大根・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	289 kcal 12.7 g 8.8 g 41.7 g 0.7 g	小麦	390 kcal 17.1 g 11.9 g 56.3 g 0.9 g	小麦
14 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・バター・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
15 月	ハヤシライス 白菜サラダ スープ フルーツ (黄桃缶)	ご飯・砂糖・油	豚肉	インゲン・グリーンピース・レーズン・黄桃缶・玉ねぎ・人参・大根・白菜	SBハヤシの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	279 kcal 8.0 g 5.2 g 51.4 g 1.2 g	小麦	377 kcal 10.8 g 7.0 g 69.4 g 1.6 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			
	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	386	16.2	10.4	59.0	1.0
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	286	12.0	7.7	43.7	0.7



ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 8月後半

日 曜	幼児食		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	
	献立名	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)	
16	火	冷やし鶏ソメメン かぼちゃのごまがらめ フルーツ(洋梨缶)	ごま・ごま油・ ソメメン・砂糖・ 片栗粉・油	ワカメ・鶏肉	オクラ・かぼ ちゃ・人参・洋な し缶	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・酢・水	273 kcal 12.3 g 5.2 g 42.9 g 0.8 g	小麦	369 kcal 16.6 g 7.0 g 57.9 g 1.1 g	小麦
17	水	ご飯 豆腐と豚肉の煮物 大根と人参のサラダ みそ汁	ごま油・ご飯・砂 糖・油	豆腐・豚肉・味噌	ほうれん草・れん こん・玉ねぎ・人 参・大根・長ねぎ	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・酢	273 kcal 11.7 g 7.2 g 41.3 g 0.5 g	小麦	369 kcal 15.8 g 9.7 g 55.8 g 0.7 g	小麦
18	木	ご飯 鶏肉の甘酢炒め ポテトサラダ みそ汁	ご飯・じゃが芋・ 砂糖・片栗粉・油	鶏肉・味噌・油揚 げ	キャベツ・グリーン ピース・玉ねぎ・ 人参	みりん風調味料・ 出し汁・醤油・ 酢・精製塩	313 kcal 11.4 g 9.5 g 47.5 g 0.7 g	小麦	423 kcal 15.4 g 12.8 g 64.1 g 0.9 g	小麦
19	金	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・わか め・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
20	土	鉄分強化!ふりかけご飯 鶏肉のケチャップ炒め ツナ炒り粉豆腐 みそ汁	ご飯・花ふ・砂 糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・ 鶏肉・粉豆腐・味 噌	キャベツ・グリーン ピース・コーン・ ピーマン・玉ね ぎ・人参	ウスターソース・ ケチャップ・ふり かけ・出し汁・醤油 ・水	311 kcal 13.3 g 10.4 g 42.4 g 1.0 g	小麦	420 kcal 18.0 g 14.0 g 57.2 g 1.4 g	小麦
21	日	豚肉と夏野菜の甘辛丼 ほうれん草のマヨ醤油サラダ みそ汁	ご飯・じゃが芋・ マヨネーズ・砂 糖・油	豚肉・味噌	なす・パプリカ 赤・ほうれん草・ 玉ねぎ・人参・長 ねぎ	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油	254 kcal 10.2 g 7.3 g 38.8 g 0.6 g	卵・小麦	343 kcal 13.8 g 9.9 g 52.4 g 0.8 g	卵・小麦
22	月	豚丼 大根サラダ みそ汁	ごま・ご飯・砂 糖・焼肉・油	豚肉・味噌	キャベツ・玉ね ぎ・小松菜・人 参・大根	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・酢・水・精製 塩	256 kcal 10.4 g 7.0 g 39.3 g 0.6 g	小麦	346 kcal 14.0 g 9.5 g 53.1 g 0.8 g	小麦
23	火	ご飯 カラスカレイのコロコロ甘辛揚げ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 ●冷やし風(宮崎県) ヨーグルト	ご飯・じゃが芋・ 砂糖・片栗粉・油	カラスカレイ・ツ ナフレーク缶・ ヨーグルト・鶏 肉・味噌	きゅうり・チンゲ ン菜・人参	みりん風調味料・ 出し汁・醤油・水	342 kcal 12.9 g 13.8 g 43.9 g 0.8 g	乳・小麦	462 kcal 17.4 g 18.6 g 59.3 g 1.1 g	乳・小麦
24	水	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
25	木	鉄分強化!ふりかけご飯 鮭の照り焼き 白菜とひじきのそぼろ煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・小麦 粉・油	鮭・豆腐・豚肉・ 味噌	オレンジ・ひじ き・玉ねぎ・人 参・白菜	ふりかけ・みりん 風調味料・出し 汁・醤油	299 kcal 16.2 g 8.2 g 41.5 g 0.8 g	小麦	404 kcal 21.9 g 11.1 g 56.0 g 1.1 g	小麦
26	金	人参ピラフ ハンバーグケチャップソース 三色サラダ スープ フルーツ(みかん缶)	ご飯・じゃが芋・ バター・砂糖・油	ハンバーグ	あおさ粉・キャベ ツ・きゅうり・ト マト・みかん缶・ 玉ねぎ・人参・大 根	ウスターソース・ ケチャップ・出し 汁・醤油・酢・精 製塩	302 kcal 8.5 g 9.9 g 47.1 g 1.0 g	乳・小麦	408 kcal 11.5 g 13.4 g 63.6 g 1.4 g	乳・小麦
27	土	ご飯 豆腐と豚肉のみそ煮 切干大根の炒めもの ずまし汁	ご飯・砂糖・油	豆腐・豚肉・味 噌・油揚げ	インゲン・ごぼ う・玉ねぎ・人 参・切干大根・白 菜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・精製塩	289 kcal 12.7 g 8.8 g 41.7 g 0.7 g	小麦	390 kcal 17.1 g 11.9 g 56.3 g 0.9 g	小麦
28	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 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
29	月	ご飯 カラスカレイの甘辛だれ 豚肉と小松菜の煮物 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・片栗 粉・油	カラスカレイ・豚 肉・味噌	オレンジ・ごぼ う・トマト・玉ね ぎ・小松菜・人参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・水	278 kcal 11.6 g 7.4 g 42.5 g 0.6 g	小麦	375 kcal 15.7 g 10.0 g 57.4 g 0.8 g	小麦
30	火	冷やし鶏ソメメン かぼちゃのごまがらめ フルーツ(梨)	ごま・ごま油・ ソメメン・砂糖・ 片栗粉・油	ワカメ・鶏肉	かぼちゃ・きゅう り・人参・梨	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・酢・水	258 kcal 12.0 g 5.2 g 41.2 g 0.8 g	小麦	348 kcal 16.2 g 7.0 g 55.6 g 1.1 g	小麦
31	水	ご飯 豆腐と豚肉の煮物 大根と人参のサラダ みそ汁	ごま油・ご飯・さ つま芋・砂糖・油	豆腐・豚肉・味噌	ほうれん草・玉ね ぎ・人参・大根・ 万能ねぎ	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・酢	277 kcal 11.4 g 7.1 g 42.7 g 0.5 g	小麦	374 kcal 15.4 g 9.6 g 57.6 g 0.7 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			
	13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	386	16.2	10.4	59.0	1.0
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	286	12.0	7.7	43.7	0.7



ママサポ・テラス