

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 9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 木	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉と小松菜の中華炒め 白菜と人参のサラダ みそ汁	ごま油・ご飯・砂糖・片栗粉・油	鶏肉・味噌	かぼちゃ・コーン・玉ねぎ・小松菜・人参・長ねぎ・白菜	ふりかけ・みりん 風調味料・酒・出し汁・醤油・酢	268 kcal 9.5 g 7.6 g 41.8 g 0.8 g	小麦	362 kcal 12.8 g 10.3 g 56.4 g 1.1 g	小麦
2 金	ケチャップライス さつまいものグラタン風 スープ ヨーグルト	ご飯・さつまい芋・バター・パン粉・砂糖・小麦粉・油	ヨーグルト・鶏肉・豆乳	グリーンピース・パセリ・もやし・玉ねぎ・人参	ケチャップ・出し汁・醤油・水・精製塩	312 kcal 11.2 g 8.8 g 48.8 g 0.7 g	乳・小麦	421 kcal 15.1 g 11.9 g 65.9 g 0.9 g	乳・小麦
3 土	ご飯 助京タラのおろし煮 豚肉とじゃが芋の醤油炒め みそ汁 フルーツ（オレンジ）	ご飯・じゃが芋・花ふ・砂糖・小麦粉・油	スネソウタラ・豚肉・味噌	オレンジ・ごぼう・ピーマン・人参・大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	270 kcal 13.5 g 5.2 g 44.0 g 0.7 g	小麦	365 kcal 18.2 g 7.0 g 59.4 g 0.9 g	小麦
4 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
5 月	なすのナポリタン ほうれん草のコーンサラダ スープ	スパゲッティ・バター・砂糖・油	鶏肉	グリーンアスパラ・コーン・なす・ほうれん草・玉ねぎ・人参・長ねぎ	ウスターソース・ケチャップ・出し汁・醤油・酢・精製塩	246 kcal 10.6 g 8.5 g 32.8 g 0.8 g	乳・小麦	332 kcal 14.3 g 11.5 g 44.3 g 1.1 g	乳・小麦
6 火	ご飯 鮭のパン粉焼き 豆腐サラダ みそ汁 フルーツ（オレンジ）	ご飯・パン粉・砂糖・小麦粉・油	鶏肉・鮭・豆腐・味噌・油揚げ	オレンジ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	306 kcal 16.0 g 8.5 g 42.3 g 1.0 g	小麦	413 kcal 21.6 g 11.5 g 57.1 g 1.4 g	小麦
7 水	ご飯 豚肉のみそ炒め コールスローサラダ すまし汁	ご飯・ソーメン・マヨネーズ・砂糖・油	豚肉・味噌	キャベツ・コーン・もやし・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	酒・出し汁・醤油・精製塩	272 kcal 10.5 g 7.6 g 42.1 g 0.6 g	卵・小麦	367 kcal 14.2 g 10.3 g 56.8 g 0.8 g	卵・小麦
8 木	ご飯 チキンソテー チンゲン菜と人参のしらす和え みそ汁	ご飯・砂糖・油	しらす干し・鶏肉・味噌	えのき豆・かぼちゃ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	280 kcal 11.4 g 8.7 g 39.7 g 0.9 g	小麦	378 kcal 15.4 g 11.7 g 53.6 g 1.2 g	小麦
9 金	ご飯 豚こまチーズトカツ トマトとひじきのサラダきゅうりのサ みそ汁	ご飯・油	豚肉・味噌	キャベツ・トマト・きゅうり・人参・じゃが芋	酒・精製塩・片栗粉・小麦粉・パン粉・出し汁・醤油	337 kcal 12.0 g 12.8 g 44.4 g 1.1 g	乳・卵・小麦	337 kcal 12.0 g 12.8 g 44.4 g 1.1 g	乳・卵・小麦
10 土	鉄分強化！ふりかけご飯 豚肉とほうれん草の甘辛炒め お麩の煮物 みそ汁	ご飯・砂糖・焼ふ・油	豚肉・味噌・油揚げ	インゲン・かぼちゃ・ほうれん草・玉ねぎ・人参	ふりかけ・みりん 風調味料・酒・出し汁・醤油	256 kcal 11.6 g 6.4 g 39.5 g 0.7 g	小麦	346 kcal 15.7 g 8.6 g 53.3 g 0.9 g	小麦
11 日	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
12 月	肉うどん かぼちゃの信田煮 フルーツ（オレンジ）	うどん・砂糖・油	豚肉・油揚げ	オレンジ・かぼちゃ・チンゲン菜・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	284 kcal 12.5 g 9.3 g 37.0 g 0.8 g	小麦	383 kcal 16.9 g 12.6 g 50.0 g 1.1 g	小麦
13 火	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
14 水	ご飯 ポークソテー BBQソース トマトとひじきのサラダ みそ汁	ご飯・さつまい芋・マヨネーズ・砂糖・油	豚肉・味噌	グリーンピース・トマト・ひじき・玉ねぎ・人参・長ねぎ	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・水・精製塩	260 kcal 9.8 g 7.2 g 40.7 g 0.7 g	卵・小麦	351 kcal 13.2 g 9.7 g 54.9 g 0.9 g	卵・小麦
15 木	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉と小松菜の中華炒め 白菜と人参のサラダ みそ汁	ごま油・ご飯・砂糖・片栗粉・油	鶏肉・味噌	かぼちゃ・コーン・玉ねぎ・小松菜・人参・長ねぎ・白菜	ふりかけ・みりん 風調味料・酒・出し汁・醤油・酢	268 kcal 9.5 g 7.6 g 41.8 g 0.8 g	小麦	362 kcal 12.8 g 10.3 g 56.4 g 1.1 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/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	390/161/10.8/57.0/1.1未満	388	15.9	11.1	58.2	1.0
1~2歳	285/118/7.9/41.7/0.8未満	288	11.8	8.2	43.1	0.7



ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 9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・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	金	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 グッチェイ・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
17	土	ご飯 助京タラのおろし煮 豚肉とじゃが芋の醤油炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・じゃが芋・ 花ふ・砂糖・小麦 粉・油	スクソウタラ・豚 肉・味噌	オレンジ・ごぼ う・ピーマン・人 参・大根	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醬 油・精製塩	270 kcal 13.5 g 5.2 g 44.0 g 0.7 g	小麦	365 kcal 18.2 g 7.0 g 59.4 g 0.9 g	小麦
18	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・醬 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
19	月	なすのナポリタン ほうれん草のコーンサラダ スープ	スパグッチェイ・パ ター・砂糖・油	鶏肉	グリーンアスパ ラ・コーン・な す・ほうれん草・ 玉ねぎ・人参・長 ねぎ	ウスターソース・ ケチャップ・出し 汁・醤油・酢・精 製塩	246 kcal 10.6 g 8.5 g 32.8 g 0.8 g	乳・小麦	332 kcal 14.3 g 11.5 g 44.3 g 1.1 g	乳・小麦
20	火	ご飯 鮭のパン粉焼き 豆腐サラダ みそ汁 フルーツ(みかん缶)	ご飯・パン粉・砂 糖・小麦粉・油	鶏肉・鮭・豆腐・ 味噌・油揚げ	チンゲン菜・みか ん缶・玉ねぎ・人 参	酒・出し汁・醬 油・酢・水・精製 塩	310 kcal 16.0 g 8.5 g 43.1 g 1.0 g	小麦	419 kcal 21.6 g 11.5 g 58.2 g 1.4 g	小麦
21	水	ご飯 豚肉のみそ炒め コーンスローサラダ ずまし汁	ご飯・ソーメン・ マヨネーズ・砂 糖・油	ワカメ・豚肉・味 噌	キャベツ・コー ン・玉ねぎ・人 参・万能ねぎ	酒・出し汁・醬 油・精製塩	271 kcal 10.4 g 7.6 g 42.0 g 0.7 g	卵・小麦	366 kcal 14.0 g 10.3 g 56.7 g 0.9 g	卵・小麦
22	木	ご飯 チキンソテー チンゲン菜と人参のしらす和え みそ汁	ご飯・砂糖・油	しらす干し・鶏 肉・味噌	えのき豆・かぼ ちゃ・チンゲン 菜・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醬 油・精製塩	280 kcal 11.4 g 8.7 g 39.7 g 0.9 g	小麦	378 kcal 15.4 g 11.7 g 53.6 g 1.2 g	小麦
23	金	さつま芋おにぎり 豚肉ときのこのみそ炒め きゅうりとキャベツのサラダ フルーツ(りんご)	ごま・ご飯・さつ ま芋・砂糖・油	豚肉・味噌	キャベツ・きゅう り・コーン・しめ じ・りんご・人 参・舞茸	酒・醤油・酢・ 水・精製塩	275 kcal 10.1 g 6.8 g 46.0 g 0.5 g	小麦	371 kcal 13.6 g 9.2 g 62.1 g 0.7 g	小麦
24	土	鉄分強化!ふりかけご飯 豚肉とほうれん草の甘辛炒め お豆腐の煮物 みそ汁	ご飯・砂糖・焼 ふ・油	豚肉・味噌・油揚 げ	インゲン・かぼ ちゃ・ほうれん 草・玉ねぎ・人参	ふりかけ・みりん 風調味料・酒・出 し汁・醤油	256 kcal 11.6 g 6.4 g 39.5 g 0.7 g	小麦	346 kcal 15.7 g 8.6 g 53.3 g 0.9 g	小麦
25	日	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
26	月	肉うどん かぼちゃの信田煮 フルーツ(黄桃缶)	うどん・砂糖・油	豚肉・油揚げ	かぼちゃ・チンゲ ン菜・黄桃缶・長 ねぎ	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油	281 kcal 12.4 g 9.3 g 35.5 g 0.8 g	小麦	379 kcal 16.7 g 12.6 g 47.9 g 1.1 g	小麦
27	火	ご飯 白糸タラの和風焼き きゅうりと錦ささみのサラダ みそ汁 フルーツ(洋梨缶)	ごま油・ご飯・砂 糖・片栗粉・油	シロイトタラ・鶏 肉・豆腐・味噌	きゅうり・なめ こ・人参・白菜・ 洋なし	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醬 油・酢・水・精製 塩	257 kcal 12.1 g 5.0 g 42.0 g 0.6 g	小麦	347 kcal 16.3 g 6.8 g 56.7 g 0.8 g	小麦
28	水	ご飯 ボークソテー BBQソース トマトとひじきのサラダ みそ汁	ご飯・さつま芋・ マヨネーズ・砂 糖・油	豚肉・味噌	グリンピース・ト マト・ひじき・玉 ねぎ・人参・長ね ぎ	ウスターソース・ ケチャップ・酒・ 出し汁・水・精製 塩	260 kcal 9.8 g 7.2 g 40.7 g 0.7 g	卵・小麦	351 kcal 13.2 g 9.7 g 54.9 g 0.9 g	卵・小麦
29	木	鉄分強化!ふりかけご飯 鶏肉と小松菜の中華炒め 白菜と人参のサラダ みそ汁	ごま油・ご飯・砂 糖・片栗粉・油	鶏肉・味噌	かぼちゃ・コー ン・玉ねぎ・小松 菜・人参・長ね ぎ・白菜	ふりかけ・みりん 風調味料・酒・出 し汁・醤油・酢	268 kcal 9.5 g 7.6 g 41.8 g 0.8 g	小麦	362 kcal 12.8 g 10.3 g 56.4 g 1.1 g	小麦
30	金	ケチャップライス さつま芋のグラタン風 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	ヨーグルト・鶏 肉・豆乳	グリンピース・パ セリ・もやし・玉 ねぎ・人参	ケチャップ・出し 汁・醤油・水・精 製塩	312 kcal 11.2 g 8.8 g 48.8 g 0.7 g	乳・小麦	421 kcal 15.1 g 11.9 g 65.9 g 0.9 g	乳・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	15.9	11.1	58.2	1.0
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	288	11.8	8.2	43.1	0.7

