

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 1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・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 (乳・卵・ 小麦・落花生・ そば・そば・ かに)
1	日						kcal g g g g		kcal g g g g	
2	月						kcal g g g g		kcal g g g g	
3	火						kcal g g g g		kcal g g g g	
4	水	鶏肉のケチャップパスタ カリフラワーのワカメサラダ 豆乳スープ	スパゲッティ・ハ ター・砂糖・小麦 粉・片栗粉・油	ワカメ・鶏肉・豆 乳	かぶ・カリフラ ワー・コーン・な ず・玉ねぎ・赤 ピーマン	ウスターソース・ ケチャップ・酒・ 出し汁・醤油・ 酢・水・精製塩	309 kcal 13.8 g 11.7 g 37.3 g 1.1 g	乳・小麦	417 kcal 18.6 g 15.8 g 50.4 g 1.5 g	乳・小麦
5	木	ご飯 鶏肉の玉ねぎソース ひじきとれんこんの煮物 みそ汁	ごま油・ご飯・砂 糖・油	鶏肉・味噌	ごぼう・ひじき・ ブロッコリー・れ んこん・玉ねぎ・ 人参・大根	出し汁・醤油・酢	265 kcal 10.4 g 8.6 g 37.5 g 0.8 g	小麦	358 kcal 14.0 g 11.6 g 50.6 g 1.1 g	小麦
6	金	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏団子の照り焼き マカロニツナサラダ みそ汁	ご飯・パン粉・マ カロニミックス・ 砂糖・片栗粉・油	ツナフレーク缶・ ワカメ・鶏肉・味 噌	かぶ・玉ねぎ・人 参・赤ピーマン・ 長ねぎ	ふりかけ・みりん 風調味料・酒・出 し汁・醤油・酢・ 水・精製塩	322 kcal 11.5 g 9.6 g 47.8 g 1.0 g	小麦	435 kcal 15.5 g 13.0 g 64.5 g 1.4 g	小麦
7	土	納豆ごはん 豚肉と野菜の彩り炒め 白菜のマヨ醤油サラダ みそ汁	ご飯・マヨネー ズ・花ご・砂糖・ 油	豚肉・納豆・味噌	コーン・ごぼう・ ピーマン・玉ねぎ ・人参・白菜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油	291 kcal 13.0 g 9.1 g 41.2 g 0.7 g	卵・小麦	393 kcal 17.6 g 12.3 g 55.6 g 0.9 g	卵・小麦
8	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
9	月	ご飯 カラスカレイのコロコロ甘辛揚げ 大根と鶏肉の煮物 みそ汁 フルーツ（りんご）	ご飯・砂糖・小麦 粉・焼ご・油	カラスカレイ・鶏 肉・味噌	かぼちゃ・ごぼ う・りんご・人 参・大根	みりん風調味料・ 出し汁・醤油・水	306 kcal 9.4 g 10.6 g 46.7 g 0.6 g	小麦	413 kcal 12.7 g 14.3 g 63.0 g 0.8 g	小麦
10	火	ソース焼きうどん さつま芋のしらす炒め みそ汁 フルーツ（オレンジ）	うどん・さつま 芋・油	しらす干し・豚 肉・味噌・油揚げ	あおさ粉・オレン ジ・キャベツ・チ ンゲン菜・玉ね ぎ・人参	ウスターソース・ みりん風調味料・ 酒・出し汁・醬 油・精製塩	286 kcal 12.6 g 7.2 g 42.6 g 1.3 g	小麦	386 kcal 17.0 g 9.7 g 57.5 g 1.8 g	小麦
11	水	ご飯 豚肉とほうれん草の中華炒め きゅうりのツナサラダ みそ汁	ごま油・ご飯・砂 糖・焼ご・油	ツナフレーク缶・ 豚肉・味噌	きゅうり・パプリ カ赤・ほうれん 草・玉ねぎ・人 参・大根	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醬 油・酢	266 kcal 11.2 g 8.2 g 37.5 g 0.7 g	小麦	359 kcal 15.1 g 11.1 g 50.6 g 0.9 g	小麦
12	木	カレーライス キャベツとかぶのサラダ スープ フルーツ（みかん）	ご飯・じゃが芋・ 砂糖・油	豚肉	かぶ・キャベツ・ ごぼう・チンゲン 菜・みかん・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	263 kcal 8.1 g 5.4 g 48.1 g 1.0 g	小麦	355 kcal 10.9 g 7.3 g 64.9 g 1.4 g	小麦
13	金	ご飯 豆腐と豚肉のとろみ煮 さつま芋サラダ みそ汁	ご飯・さつま芋・ マヨネーズ・砂 糖・片栗粉・油	ワカメ・豆腐・豚 肉・味噌	ほうれん草・もや し・人参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醬 油・精製塩	329 kcal 13.4 g 10.0 g 49.1 g 0.7 g	卵・小麦	444 kcal 18.1 g 13.5 g 66.3 g 0.9 g	卵・小麦
14	土	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉の治部煮風 白菜のコーンサラダ みそ汁	ご飯・砂糖・小麦 粉・油	鶏肉・味噌	えのき豆・かぼ ちゃ・コーン・玉 ねぎ・小松菜・人 参・白菜	ふりかけ・みりん 風調味料・出し 汁・醤油・酢・精 製塩	282 kcal 11.2 g 7.4 g 43.9 g 0.8 g	小麦	381 kcal 15.1 g 10.0 g 59.3 g 1.1 g	小麦
15	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

※都合により、献立を変更する場合がございます。

年齢	給与栄養目標量		当月平均給与栄養量			
	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	16.0	10.1	60.1	1.1
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	286	11.9	7.5	44.6	0.8



ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 1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 月	ご飯 かぼちゃのツナコロッケ 白菜と鶏ささみのおかか炒め みそ汁	ごま油・ご飯・パ ン粉・砂糖・小麦 粉・片栗粉・油	ツナフレーク缶・豆 花かつお・鶏肉・ 味噌	かぼちゃ・コー ン・トマト・玉ね ぎ・小松菜・人 参・白菜	酒・出し汁・醤 油・水	332 kcal 11.9 g 9.5 g 53.5 g 0.6 g	小麦	448 kcal 16.1 g 12.8 g 72.2 g 0.8 g	小麦
17 火	ご飯 助京タラの和風ステーキ キャベツの信田煮 みそ汁 フルーツ(りんご)	ご飯・じゃが芋・ 砂糖・小麦粉・油	スケソウタラ・豆 腐・味噌・油揚げ	あおさ粉・キャベ ツ・ごぼう・りん ご・人参	みりん風調味料・ 出し汁・醤油・ 水・精製塩	279 kcal 12.7 g 6.6 g 46.0 g 0.6 g	小麦	377 kcal 17.1 g 8.9 g 62.1 g 0.8 g	小麦
18 水	鶏肉のケチャップパスタ もやしワカメサラダ 豆乳スープ	スパゲッティ・パ スタ・砂糖・小麦 粉・片栗粉・油	ワカメ・鶏肉・豆 乳	かぶ・コーン・な す・もやし・玉ね ぎ・人参	ウスターソース・ ケチャップ・酒・ 出し汁・醤油・ 酢・水・精製塩	306 kcal 13.4 g 11.7 g 36.6 g 1.1 g	乳・小麦	413 kcal 18.1 g 15.8 g 49.4 g 1.5 g	乳・小麦
19 木	ご飯 鶏肉の玉ねぎソース ひじきとれんこんの煮物 みそ汁	ごま油・ご飯・砂 糖・油	鶏肉・味噌	ごぼう・トマト・ ひじき・れんこ ん・玉ねぎ・人 参・大根	出し汁・醤油・酢	263 kcal 10.1 g 8.6 g 37.7 g 0.8 g	小麦	355 kcal 13.6 g 11.6 g 50.9 g 1.1 g	小麦
20 金	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏団子の照り焼き マカロニツナサラダ みそ汁	ご飯・パン粉・マ カロニ・砂糖・油	ツナフレーク缶・ ワカメ・鶏肉・豆 腐・味噌	かぶ・パプリカ 赤・玉ねぎ・人 参	ふりかけ・みりん 風調味料・酒・出 し汁・醤油・酢・ 水・精製塩	342 kcal 13.6 g 11.1 g 48.1 g 1.0 g	小麦	462 kcal 18.4 g 15.0 g 64.9 g 1.4 g	小麦
21 土	納豆ごはん 豚肉と野菜の彩り炒め 白菜のマヨ醤油サラダ みそ汁	ご飯・マヨネー ズ・花ひ・砂糖・ 油	豚肉・納豆・味噌	コーン・ごぼう・ ピーマン・玉ね ぎ・人参・白菜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油	291 kcal 13.0 g 9.1 g 41.2 g 0.7 g	卵・小麦	393 kcal 17.6 g 12.3 g 55.6 g 0.9 g	卵・小麦
22 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
23 月	ご飯 カラスカレイのコロコロ甘揚げ 大根と鶏肉の煮物 みそ汁 フルーツ(りんご)	ご飯・砂糖・小麦 粉・焼ひ・油	カラスカレイ・鶏 肉・味噌	かぼちゃ・ごぼ う・りんご・人 参・大根	みりん風調味料・ 出し汁・醤油・水	306 kcal 9.4 g 10.6 g 46.7 g 0.6 g	小麦	413 kcal 12.7 g 14.3 g 63.0 g 0.8 g	小麦
24 火	ソース焼きうどん さつま芋のしらす炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ)	うどん・さつま 芋・油	しらす干し・豚 肉・味噌・油揚げ	あおさ粉・オレンジ ・キャベツ・チ ンゲン菜・玉ね ぎ・人参	ウスターソース・ みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤 油・精製塩	286 kcal 12.6 g 7.2 g 42.6 g 1.3 g	小麦	386 kcal 17.0 g 9.7 g 57.5 g 1.8 g	小麦
25 水	ご飯 豚肉とほうれん草の中華炒め きゅうりのツナサラダ みそ汁	ごま油・ご飯・砂 糖・焼ひ・油	ツナフレーク缶・ 豚肉・味噌	きゅうり・パプリ カ赤・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	266 kcal 11.2 g 8.2 g 37.5 g 0.7 g	小麦	359 kcal 15.1 g 11.1 g 50.6 g 0.9 g	小麦
26 木	カレーライス キャベツとからのサラダ スープ フルーツ(みかん)	ご飯・じゃが芋・ 砂糖・油	豚肉	かぶ・キャベツ・ ごぼう・チンゲ ン菜・みかん・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	263 kcal 8.1 g 5.4 g 48.1 g 1.0 g	小麦	355 kcal 10.9 g 7.3 g 64.9 g 1.4 g	小麦
27 金	ご飯 鶏肉と冬野菜の生姜煮 きゅうりと人参のごまサラダ 味噌にゅうめん	ごま・ごま油・ご 飯・ソーメン・花 ひ・砂糖・油	鶏肉・味噌	きゅうり・れんこ ん・人参・水菜・ 生姜・大根・長 ねぎ	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤 油・酢・精製塩	280 kcal 9.6 g 8.3 g 42.5 g 0.7 g	小麦	378 kcal 13.0 g 11.2 g 57.4 g 0.9 g	小麦
28 土	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉の治部黒風 白菜のコーンサラダ みそ汁	ご飯・砂糖・小麦 粉・油	鶏肉・味噌	えのき豆・かぼ ちゃ・コーン・玉 ねぎ・小松菜・人 参・白菜	ふりかけ・みりん 風調味料・出し 汁・醤油・酢・精 製塩	282 kcal 11.2 g 7.4 g 43.9 g 0.8 g	小麦	381 kcal 15.1 g 10.0 g 59.3 g 1.1 g	小麦
29 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 スター・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
30 月	ご飯 かぼちゃのツナコロッケ 白菜と鶏ささみのおかか炒め みそ汁	ごま油・ご飯・パ ン粉・砂糖・小麦 粉・片栗粉・油	ツナフレーク缶・ 花かつお・鶏肉・ 味噌	かぼちゃ・コー ン・トマト・玉ね ぎ・小松菜・人 参・白菜	酒・出し汁・醤 油・水	332 kcal 11.9 g 9.5 g 53.5 g 0.6 g	小麦	448 kcal 16.1 g 12.8 g 72.2 g 0.8 g	小麦
31 火	ご飯 助京タラの和風ステーキ キャベツの信田煮 みそ汁 フルーツ(りんご)	ご飯・じゃが芋・ 砂糖・小麦粉・油	スケソウタラ・豆 腐・味噌・油揚げ	あおさ粉・キャベ ツ・ごぼう・りん ご・人参	みりん風調味料・ 出し汁・醤油・ 水・精製塩	279 kcal 12.7 g 6.6 g 46.0 g 0.6 g	小麦	377 kcal 17.1 g 8.9 g 62.1 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			
	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	387	16.0	10.1	60.1	1.1
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	286	11.9	7.5	44.6	0.8

