

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	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	熱やカになるもの	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	火	冷やし鶏ソメメン さつま芋のごまがらめ フルーツ(黄桃缶)	ごま・ごま油・さつま芋・ソメメン・砂糖・片栗粉・油	鶏肉	オクラ・ワカメ・黄桃缶・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水	285 kcal 11.7 g 5.2 g 47.4 g 0.8 g	小麦	385 kcal 15.8 g 7.0 g 64.0 g 1.1 g	小麦
2	水	ご飯 助宗タラの甘酢あんかけ ほうれん草と人参の煮物 貝だくさん汁(豚肉・なす・ごぼう) フルーツ(梨)	ご飯・砂糖・片栗粉・油	スネソウタラ・豚肉・味噌	ごぼう・なす・ほうれん草・玉ねぎ・人参・水菜・梨	酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	262 kcal 13.6 g 5.2 g 42.8 g 0.6 g	小麦	354 kcal 18.4 g 7.0 g 57.8 g 0.8 g	小麦
3	木	金魚飯 鶏ちゃん焼き ポテトの和風和え すまし汁(小松菜・長ねぎ) フルーツ(オレンジ)	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖	鶏肉・味噌・油揚げ	オレンジ・キャベツ・きゅうり・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・精製塩	305 kcal 12.2 g 9.0 g 46.3 g 1.0 g	小麦	412 kcal 16.5 g 12.2 g 62.5 g 1.4 g	小麦
4	金	エビの米粉かき揚げ丼 チンゲン菜と豚肉のとろみ煮 みそ汁(もやし・万能ねぎ) フルーツ(バナナ)	ご飯・砂糖・米粉・片栗粉・油	エビ・豚肉・味噌	グリーンアスパラ・チンゲン菜・バナナ・もやし・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	336 kcal 12.6 g 8.5 g 52.8 g 0.7 g	小麦・えび	454 kcal 17.0 g 11.5 g 71.3 g 0.9 g	小麦・えび
5	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(大根・油揚げ)	ご飯・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・鶏肉・粉豆腐・味噌・油揚げ	グリーンピース・コーン・ピーマン・玉ねぎ・人参・大根	ウスターソース・ケチャップ・ふりかけ・出し汁・醤油・水	315 kcal 13.4 g 11.3 g 41.0 g 1.0 g	小麦	425 kcal 18.1 g 15.3 g 55.4 g 1.4 g	小麦
6	日	ナポリタン キャベツのマヨサラダ スープ(豆腐・人参)	スパゲッティ・バター・マヨネーズ・砂糖・油	鶏肉・豆腐	キャベツ・コーン・ピーマン・玉ねぎ・人参	ウスターソース・ケチャップ・出し汁・醤油・精製塩	265 kcal 11.4 g 10.6 g 32.1 g 0.8 g	乳・卵・小麦	358 kcal 15.4 g 14.3 g 43.3 g 1.1 g	乳・卵・小麦
7	月	ごま豚丼 大根サラダ みそ汁(小松菜・焼ふ)	ごま・ご飯・砂糖・焼ふ・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 10.3 g 7.0 g 39.3 g 0.6 g	小麦	346 kcal 13.9 g 9.5 g 53.1 g 0.8 g	小麦
8	火	鉄分強化!ふりかけご飯 豚肉の生姜炒め 白菜のツナ豆腐サラダ みそ汁(インゲン・万能ねぎ)	ごま油・ご飯・砂糖・油	ツナフレック缶・豆腐・豚肉・味噌	インゲン・玉ねぎ・人参・生姜・白菜・万能ねぎ	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	284 kcal 13.3 g 8.8 g 39.2 g 0.9 g	小麦	383 kcal 18.0 g 11.9 g 52.9 g 1.2 g	小麦
9	水	ご飯 なすとトマトの麻婆炒め キャベツのコンサラダ スープ(かぼちゃ・ワカメ)	ごま・ごま油・ご飯・砂糖・片栗粉	豚肉・味噌	かぼちゃ・キャベツ・グリーンピース・コーン・トマト・なす・ワカメ・玉ねぎ	出し汁・醤油・酢・水・精製塩	283 kcal 10.5 g 8.6 g 43.1 g 0.9 g	小麦	382 kcal 14.2 g 11.6 g 58.2 g 1.2 g	小麦
10	木	鉄分強化!ふりかけご飯 豆腐と鶏肉の煮物 玉ねぎと夏野菜の醤油炒め みそ汁(長ねぎ・油揚げ)	ご飯・砂糖・油	鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ	ズッキーニ・パプリカ黄・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ふりかけ・みりん風調味料・出し汁・醤油・精製塩	284 kcal 11.8 g 9.2 g 39.9 g 0.6 g	小麦	383 kcal 15.9 g 12.4 g 53.9 g 0.8 g	小麦
11	金	ポークカレーライス きゅうりとひじきのツナサラダ スープ(ほうれん草・コーン) フルーツ(オレンジ)	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・油	ツナフレック缶・豚肉	オレンジ・きゅうり・コーン・ひじき・ほうれん草・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	298 kcal 11.6 g 7.7 g 47.8 g 1.1 g	小麦	402 kcal 15.7 g 10.4 g 64.5 g 1.5 g	小麦
12	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(玉ねぎ・小松菜)	ご飯・砂糖・油	豆腐・豚肉・味噌・油揚げ	インゲン・玉ねぎ・小松菜・人参・切干大根・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	287 kcal 12.9 g 8.8 g 41.1 g 0.7 g	小麦	387 kcal 17.4 g 11.9 g 55.5 g 0.9 g	小麦
13	日	ソース焼きうどん さつま芋のごまがらめ みそ汁(大根・花ふ)	うどん・ごま・さつま芋・花ふ・砂糖・小麦粉・油	花かつお・豚肉・味噌	キャベツ・玉ねぎ・人参・大根	ウスターソース・酒・出し汁・醤油・精製塩	294 kcal 11.7 g 7.4 g 45.4 g 1.4 g	小麦	397 kcal 15.8 g 10.0 g 61.3 g 1.9 g	小麦
14	月	ご飯 鶏肉の豆乳クリーム煮 キャベツと人参のツナサラダ スープ(ごぼう・長ねぎ)	ごま油・ご飯・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・鶏肉・豆乳	キャベツ・グリーンピース・ごぼう・なす・玉ねぎ・人参・長ねぎ	出し汁・醤油・酢・水・精製塩	319 kcal 13.4 g 11.0 g 42.4 g 0.9 g	小麦	431 kcal 18.1 g 14.9 g 57.2 g 1.2 g	小麦
15	火	冷やし鶏ソメメン かぼちゃのごまがらめ フルーツ(黄桃缶)	ごま・ごま油・ソメメン・砂糖・片栗粉・油	鶏肉	オクラ・かぼちゃ・ワカメ・黄桃缶・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水	269 kcal 12.1 g 5.2 g 42.1 g 0.8 g	小麦	363 kcal 15.3 g 7.0 g 56.8 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	給与栄養目標量	当月平均給与栄養量				
	13材料・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	16.6	9.9	60.2	1.0
1～2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	287	12.3	7.3	44.6	0.7



ママサポ・テラス

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 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	
			熱やカになる 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	水	ご飯 鶏肉とチンゲン菜の甘醤油炒め ブロッコリーとツナのひじきサラダ みそ汁(れんこん・長ねぎ)	ご飯・マヨネーズ・砂糖・油	ツナフレック缶・鶏肉・味噌	チンゲン菜・ひじき・ブロッコリー・れんこん・人参・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	269 kcal 10.1 g 9.8 g 37.0 g 0.9 g	卵・小麦	363 kcal 13.6 g 13.2 g 50.0 g 1.2 g	卵・小麦
17	木	ご飯 鶏肉のみそ漬け炒め ポテトの和風和え ずまし汁(小松菜・油揚げ)	ご飯・じゃが芋・砂糖・油	鶏肉・味噌・油揚げ	インゲン・キャベツ・ピーマン・小松菜・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	287 kcal 11.3 g 8.6 g 42.0 g 0.8 g	小麦	387 kcal 15.3 g 11.6 g 56.7 g 1.1 g	小麦
18	金	ご飯 鶏肉の玉ねぎソース ほうれん草のおかか炒め みそ汁(かぶ・ワカメ)	ごま油・ご飯・砂糖・油	花かつお・鶏肉・味噌	かぶ・ブロッコリー・ほうれん草・ワカメ・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・出し汁・醤油・酢・精製塩	270 kcal 11.5 g 9.7 g 35.2 g 0.8 g	小麦	365 kcal 15.5 g 13.1 g 47.5 g 1.1 g	小麦
19	土	鉄分強化!ふりかけご飯 鶏肉のケチャップ炒め ツナ炒り豆腐 みそ汁(大根・油揚げ)	ご飯・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・鶏肉・粉豆腐・味噌・油揚げ	グリーンピース・コーン・ピーマン・玉ねぎ・人参・大根	ウスターソース・ケチャップ・ふりかけ・出し汁・醤油・水	317 kcal 13.5 g 11.3 g 41.1 g 1.0 g	小麦	428 kcal 18.2 g 15.3 g 55.5 g 1.4 g	小麦
20	日	ナポリタン キャベツのマヨサラダ スープ(豆腐・人参)	スパゲッティ・バター・マヨネーズ・砂糖・油	鶏肉・豆腐	キャベツ・コーン・ピーマン・玉ねぎ・人参	ウスターソース・ケチャップ・出し汁・醤油・精製塩	265 kcal 11.4 g 10.6 g 32.1 g 0.8 g	乳・卵・小麦	358 kcal 15.4 g 14.3 g 43.3 g 1.1 g	乳・卵・小麦
21	月	ごま豚丼 大根サラダ みそ汁(小松菜・焼豆)	ごま・ご飯・砂糖・焼豆・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 10.3 g 7.0 g 39.3 g 0.6 g	小麦	346 kcal 13.9 g 9.5 g 53.1 g 0.8 g	小麦
22	火	ご飯 カラスカレイのコロコロ甘辛揚げ チンゲン菜と鶏肉のくたくた煮 みそ汁(玉ねぎ・ごぼう) フルーツ(パイナップル)	ご飯・じゃが芋・砂糖・片栗粉・油	カラスカレイ・鶏肉・味噌	ごぼう・チンゲン菜・パイナップル缶・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・出し汁・醤油・水	324 kcal 10.8 g 11.7 g 46.2 g 0.7 g	小麦	437 kcal 14.6 g 15.8 g 62.4 g 0.9 g	小麦
23	水	ごま塩ご飯 とんべい風キャベツ焼き 焼きもちろこし みそ汁(なす・かぼちゃ) フルーツ(バナナ)	ごま・ご飯・小麦粉・油	豚肉・味噌	あおさ粉・かぼちゃ・キャベツ・とうもろこし・なす・バナナ・もやし	ウスターソース・酒・出し汁・醤油・精製塩	322 kcal 12.5 g 6.8 g 54.9 g 0.8 g	小麦	435 kcal 16.9 g 9.2 g 74.1 g 1.1 g	小麦
24	木	鉄分強化!ふりかけご飯 豆腐と鶏肉の煮物 玉ねぎと夏野菜の醤油炒め みそ汁(長ねぎ・油揚げ)	ご飯・砂糖・油	鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ	ズッキーニ・パプリカ黄・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ふりかけ・みりん風調味料・出し汁・醤油・精製塩	284 kcal 11.8 g 9.2 g 39.9 g 0.6 g	小麦	383 kcal 15.9 g 12.4 g 53.9 g 0.8 g	小麦
25	金	カレーライス 大根のマヨサラダ スープ(白菜・豆腐) フルーツ(オレンジ)	ご飯・じゃが芋・マヨネーズ・砂糖・油	豆腐・豚肉	オレンジ・きゅうり・コーン・玉ねぎ・人参・大根・白菜	SBカレーの王子さま調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	306 kcal 11.6 g 8.7 g 47.8 g 1.0 g	卵・小麦	413 kcal 15.7 g 11.7 g 64.5 g 1.4 g	卵・小麦
26	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(玉ねぎ・小松菜)	ご飯・砂糖・油	豆腐・豚肉・味噌・油揚げ	インゲン・玉ねぎ・小松菜・人参・切干大根・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	286 kcal 12.8 g 8.8 g 41.1 g 0.7 g	小麦	386 kcal 17.3 g 11.9 g 55.5 g 0.9 g	小麦
27	日	ソース焼きうどん さつま芋のごまがらみ みそ汁(大根・花豆)	うどん・ごま・さつま芋・花豆・砂糖・小麦粉・油	花かつお・豚肉・味噌	キャベツ・玉ねぎ・人参・大根	ウスターソース・酒・出し汁・醤油・精製塩	294 kcal 11.7 g 7.4 g 45.4 g 1.4 g	小麦	397 kcal 15.8 g 10.0 g 61.3 g 1.9 g	小麦
28	月	ご飯 鮭の甘辛だれ 豚肉と小松菜の煮物 みそ汁(豆腐・玉ねぎ) フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・片栗粉・油	鮭・豆腐・豚肉・味噌	オレンジ・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	282 kcal 15.9 g 5.9 g 42.5 g 0.6 g	小麦	381 kcal 21.5 g 8.0 g 57.4 g 0.8 g	小麦
29	火	冷やし鶏ソメソメ さつま芋のごまがらみ フルーツ(黄桃缶)	ごま・ごま油・さつま芋・ソメソメ・砂糖・片栗粉・油	鶏肉	オクラ・ワカメ・黄桃缶・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水	285 kcal 11.7 g 5.2 g 47.4 g 0.8 g	小麦	385 kcal 15.8 g 7.0 g 64.0 g 1.1 g	小麦
30	水	ナポリタン キャベツのマヨサラダ スープ(豆腐・人参)	スパゲッティ・バター・マヨネーズ・砂糖・油	鶏肉・豆腐	キャベツ・コーン・ピーマン・玉ねぎ・人参	ウスターソース・ケチャップ・出し汁・醤油・精製塩	265 kcal 11.4 g 10.6 g 32.1 g 0.8 g	乳・卵・小麦	358 kcal 15.4 g 14.3 g 43.3 g 1.1 g	乳・卵・小麦
31	木	ご飯 鶏肉のみそ漬け炒め ポテトの和風和え ずまし汁(小松菜・油揚げ)	ご飯・じゃが芋・砂糖・油	鶏肉・味噌・油揚げ	キャベツ・きゅうり・パプリカ黄・ピーマン・小松菜・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	281 kcal 11.3 g 8.6 g 42.1 g 0.8 g	小麦	379 kcal 15.3 g 11.6 g 56.8 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/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	16.6	9.9	60.2	1.0
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	287	12.3	7.3	44.6	0.7

