

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 2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 木	鉄分強化！ふりかけご飯 助寮タラのオニオンソースがけ 鶏肉とひじきの炒り煮 みそ汁（白菜・インゲン） フルーツ（いよかん）	ごま油・ご飯・砂糖・油	スクソウタラ・鶏肉・味噌	いよかん・インゲン・トマト・ひじき・玉ねぎ・人参・白菜	ふりかけ・酒・出し汁・醤油	260 kcal 12.5 g 7.3 g 38.4 g 0.9 g	小麦	351 kcal 16.9 g 9.9 g 51.8 g 1.2 g	小麦
2 金	鬼さんライス キャベツともやしサラダ みそ汁（油揚げ・花ふ） フルーツ（バナナ）	ごま油・ご飯・花ふ・砂糖・油	豚肉・味噌・油揚げ	えのき豆・キャベツ・バナナ・ピーマン・もやし・レタス・玉ねぎ・人参	ケチャップ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水	294 kcal 10.3 g 8.2 g 45.9 g 0.6 g	小麦	397 kcal 13.9 g 11.1 g 62.0 g 0.8 g	小麦
3 土	ご飯 鶏肉と野菜の甘辛炒め ほうれん草と人参のおかか煮 みそ汁（ごぼう・万能ねぎ）	ご飯・砂糖・油	花かつお・鶏肉・味噌	ごぼう・ほうれん草・玉ねぎ・人参・白菜・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	268 kcal 11.0 g 8.6 g 37.8 g 0.7 g	小麦	362 kcal 14.9 g 11.6 g 51.0 g 0.9 g	小麦
4 日	ハヤシライス ポテトサラダ スープ（大根・ワカメ） アップルゼリー	ご飯・じゃが芋・マヨネーズ・砂糖・油	豚肉	グリーンピース・りんご・コーン・ワカメ・寒天・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	312 kcal 10.3 g 7.7 g 52.9 g 1.3 g	卵・小麦	421 kcal 13.9 g 10.4 g 71.4 g 1.8 g	卵・小麦
5 月	ご飯 かぼちゃのシチュー マカロニサラダ フルーツ（りんご）	ご飯・マカロニ・砂糖・油	豚肉	かぼちゃ・きゅうり・コーン・パセリ・りんご・玉ねぎ・人参	SBシチューの王子さま顆粒・酒・酢・水・精製塩	317 kcal 10.5 g 7.8 g 53.6 g 0.7 g	小麦	428 kcal 14.2 g 10.5 g 72.4 g 0.9 g	小麦
6 火	ご飯 助寮タラと冬野菜の塩あん煮 炒りおから みそ汁（キャベツ・長ねぎ） フルーツ（いよかん）	ごま油・ご飯・砂糖・片栗粉・油	おから・スクソウタラ・味噌・油揚げ	いよかん・かぶ・キャベツ・人参・水菜・生姜・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	255 kcal 10.7 g 6.4 g 42.2 g 0.9 g	小麦	344 kcal 14.4 g 8.6 g 57.0 g 1.2 g	小麦
7 水	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉の竜田揚げ 豆腐と野菜のやわらか煮 みそ汁（なす・ワカメ）	ご飯・砂糖・片栗粉・油	鶏肉・豆腐・味噌	トマト・なす・ワカメ・小松菜・人参	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	317 kcal 13.7 g 12.6 g 38.3 g 0.8 g	小麦	428 kcal 18.5 g 17.0 g 51.7 g 1.1 g	小麦
8 木	ご飯 カラスカレイの煮付け 豚じゃが炒め みそ汁（ほうれん草・ごぼう） フルーツ（オレンジ）	ご飯・じゃが芋・砂糖・油	カラスカレイ・豚肉・味噌	オレンジ・ごぼう・ほうれん草・人参・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	267 kcal 11.7 g 6.9 g 41.0 g 0.7 g	小麦	360 kcal 15.8 g 9.3 g 55.4 g 0.9 g	小麦
9 金	スパゲッティミートソース かぼちゃとブロッコリーのサラダ スープ（キャベツ・万能ねぎ）	スパゲッティ・砂糖・小麦粉・油	豚肉	かぼちゃ・キャベツ・グリーンピース・ブロッコリー・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	278 kcal 11.7 g 8.7 g 39.7 g 0.9 g	小麦	375 kcal 15.8 g 11.7 g 53.6 g 1.2 g	小麦
10 土	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カレーの王子さま顆粒・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
11 日	ご飯 豚肉の生姜焼き さつま芋のほうれん草和え みそ汁（れんこん・油揚げ）	ご飯・さつま芋・砂糖・油	豚肉・味噌・油揚げ	キャベツ・ほうれん草・れんこん・玉ねぎ・生姜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	265 kcal 10.8 g 6.0 g 43.4 g 0.6 g	小麦	358 kcal 14.6 g 8.1 g 58.6 g 0.8 g	小麦
12 月	ご飯 肉豆腐 ポテトツナサラダ みそ汁（かぶ・ごぼう）	ご飯・じゃが芋・砂糖・油	ツナフレーク缶・豆腐・豚肉・味噌	インゲン・かぶ・コーン・ごぼう・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	304 kcal 13.2 g 8.4 g 46.4 g 0.7 g	小麦	410 kcal 17.8 g 11.3 g 62.6 g 0.9 g	小麦
13 火	ご飯 白米タラの磯風味噌焼き 挽肉と冬野菜のとりみ煮 みそ汁（玉ねぎ・油揚げ） フルーツ（パイナップル）	ご飯・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	シロイトタラ・鶏肉・味噌・油揚げ	あおさ粉・パイナップル缶・玉ねぎ・人参・大根・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	280 kcal 12.5 g 6.9 g 42.8 g 0.6 g	小麦	378 kcal 16.9 g 9.3 g 57.8 g 0.8 g	小麦
14 水	バレンタイン☆ハヤシライス 小松菜とかぶのサラダ スープ（さつま芋・長ねぎ） フルーツ（りんご）	ごま油・ご飯・さつま芋・砂糖・油	豚肉	かぶ・グリーンピース・りんご・玉ねぎ・小松菜・人参・長ねぎ	SBハヤシの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	289 kcal 10.4 g 6.5 g 49.4 g 1.2 g	小麦	390 kcal 14.0 g 8.8 g 66.7 g 1.6 g	小麦
15 木	鉄分強化！ふりかけご飯 助寮タラのオニオンソースがけ 鶏肉とひじきの炒り煮 みそ汁（白菜・インゲン） フルーツ（いよかん）	ごま油・ご飯・砂糖・油	スクソウタラ・鶏肉・味噌	いよかん・インゲン・トマト・ひじき・玉ねぎ・人参・白菜	ふりかけ・酒・出し汁・醤油	260 kcal 12.5 g 7.3 g 38.4 g 0.9 g	小麦	351 kcal 16.9 g 9.9 g 51.8 g 1.2 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			
	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	390/16.1/10.8/57.0/1.1未満	384	16.4	10.6	58.0	1.0
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	285	12.1	7.9	42.9	0.8



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 2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 金	ご飯 豆腐の肉野菜あんかけ キャベツともやしのサラダ みそ汁(油揚げ・花ふ)	ごま油・ご飯・花 ふ・砂糖・片栗 粉・油	豆腐・豚肉・味 噌・油揚げ	えのき草・キャベ ツ・もやし・玉ね ぎ・人参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・酢	293 kcal 14.0 g 9.0 g 40.4 g 0.6 g	小麦	396 kcal 18.9 g 12.2 g 54.5 g 0.8 g	小麦
17 土	ご飯 鶏肉と野菜の甘辛炒め ほうれん草と人参のおかか煮 みそ汁(ごぼう・万能ねぎ)	ご飯・砂糖・油	花かつお・鶏肉・ 味噌	ごぼう・ほうれん 草・玉ねぎ・人 参・白菜・万能ね ぎ	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油	268 kcal 11.0 g 8.6 g 37.8 g 0.7 g	小麦	362 kcal 14.9 g 11.6 g 51.0 g 0.9 g	小麦
18 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・パ 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
19 月	ご飯 かぼちゃのシチュー マカロニサラダ フルーツ(りんご)	ご飯・マカロニ・ 砂糖・油	豚肉	かぼちゃ・きゅう り・コン・パセ リ・りんご・玉ね ぎ・人参	SBシチューの王 子さま顆粒・酒・ 酢・水・精製塩	317 kcal 10.5 g 7.8 g 53.6 g 0.7 g	小麦	428 kcal 14.2 g 10.5 g 72.4 g 0.9 g	小麦
20 火	ご飯 助寮タラと冬野菜の塩あん煮 炒りおから みそ汁(キャベツ・長ねぎ) フルーツ(いよかん)	ごま油・ご飯・砂 糖・片栗粉・油	おから・スケソウ タラ・味噌・油揚 げ	いよかん・かぶ・ キャベツ・人参・ 水菜・生姜・長ね ぎ	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・精 製塩	255 kcal 10.7 g 6.4 g 42.2 g 0.9 g	小麦	344 kcal 14.4 g 8.6 g 57.0 g 1.2 g	小麦
21 水	鉄分強化!ふりかけご飯 鶏肉の竜田揚げ 豆腐と野菜のやわらか煮 みそ汁(なす・ワカメ)	ご飯・砂糖・片栗 粉・油	鶏肉・豆腐・味噌	トマト・なす・フ カメ・小松菜・人 参	ふりかけ・みりん 風調味料・酒・出 し汁・醤油	317 kcal 13.7 g 12.6 g 38.3 g 0.8 g	小麦	428 kcal 18.5 g 17.0 g 51.7 g 1.1 g	小麦
22 木	ご飯 カラスカレイの煮付け 豚じゃが炒め みそ汁(ほうれん草・ごぼう) フルーツ(オレンジ)	ご飯・じゃが芋・ 砂糖・油	カラスカレイ・豚 肉・味噌	オレンジ・ごぼ う・ほうれん草・ 人参・白菜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・精製塩	267 kcal 11.7 g 6.9 g 41.0 g 0.7 g	小麦	360 kcal 15.8 g 9.3 g 55.4 g 0.9 g	小麦
23 金	スパゲッティミートソース かぼちゃとフロccoliのサラダ スープ(キャベツ・万能ねぎ)	スパゲッティ・砂 糖・小麦粉・油	豚肉	かぼちゃ・キャ ベツ・グリーンビ ー・フロッコ リー・玉ねぎ・人 参・万能ねぎ	ウスターソース・ ケチャップ・酒・ 出し汁・醤油・ 酢・水・精製塩	278 kcal 11.7 g 8.7 g 39.7 g 0.9 g	小麦	375 kcal 15.8 g 11.7 g 53.6 g 1.2 g	小麦
24 土	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・コン・玉ね ぎ・人参・大根・ 白菜	SBカレーの王 子さま顆粒・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
25 日	ご飯 豚肉の生姜焼き さつま芋のほうれん草和え みそ汁(れんこん・油揚げ)	ご飯・さつま芋・ 砂糖・油	豚肉・味噌・油揚 げ	キャベツ・ほうれ ん草・れんこん・ 玉ねぎ・生姜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油	265 kcal 10.8 g 6.0 g 43.4 g 0.6 g	小麦	358 kcal 14.6 g 8.1 g 58.6 g 0.8 g	小麦
26 月	ご飯 肉豆腐 ポテトツナサラダ みそ汁(かぶ・ごぼう)	ご飯・じゃが芋・ 砂糖・油	ツナフレック缶・ 豆腐・豚肉・味噌	インゲン・かぶ・ コーン・ごぼう・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・酢・精製塩	305 kcal 13.2 g 8.4 g 46.3 g 0.7 g	小麦	412 kcal 17.8 g 11.3 g 62.5 g 0.9 g	小麦
27 火	ご飯 白糸タラの磯風味焼き 挽肉と冬野菜のとりみ煮 みそ汁(玉ねぎ・油揚げ) フルーツ(いよかん)	ご飯・砂糖・小麦 粉・片栗粉・油	シロイトタラ・鶏 肉・味噌・油揚げ	あおさ粉・いよか ん・玉ねぎ・人 参・大根・白菜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・水	274 kcal 12.4 g 6.9 g 41.1 g 0.6 g	小麦	370 kcal 16.7 g 9.3 g 55.5 g 0.8 g	小麦
28 水	ハヤシライス 小松菜とかぶのサラダ スープ(さつま芋・長ねぎ) フルーツ(バナナ)	ごま油・ご飯・さ つま芋・砂糖・油	豚肉	かぶ・グリーンビ ー・バナナ・玉ね ぎ・小松菜・人 参・長ねぎ	SBハヤシの王 子さま顆粒・酒・出 し汁・醤油・酢・ 水・精製塩	272 kcal 8.4 g 5.3 g 49.0 g 1.2 g	小麦	367 kcal 11.3 g 7.2 g 66.2 g 1.6 g	小麦
29 木	鉄分強化!ふりかけご飯 助寮タラのオニオンソースかけ 鶏肉とひじきの炒り煮 みそ汁(白菜・インゲン) フルーツ(いよかん)	ごま油・ご飯・砂 糖・油	スケソウタラ・鶏 肉・味噌	いよかん・インゲ ン・トマト・ひじ き・玉ねぎ・人 参・白菜	ふりかけ・酒・出 し汁・醤油	260 kcal 12.5 g 7.3 g 38.4 g 0.9 g	小麦	351 kcal 16.9 g 9.9 g 51.8 g 1.2 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	384	16.4	10.6	58.0	1.0
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	285	12.1	7.9	42.9	0.8



ママサポ・テラス