

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 4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 月	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉と野菜の煮物 揚げ焼きポテト みそ汁（花ふ・長ねぎ）	ご飯・じゃが芋・花 ふ・砂糖・油	鶏肉・味噌	あおさ粉・ごぼう・ 玉ねぎ・人参・長ね ぎ	ふりかけ・みりん風 調味料・出し汁・醤油 ・精製塩	270 9.5 7.4 43.9 0.8	kcal g g g g	小麦	365 12.8 10.0 59.3 1.1	kcal g g g g	小麦
2 火	ご飯 白糸タラと香キャベツのバター炒め 豚肉の切干大根煮 みそ汁（なす・インゲン） フルーツ（不知火）	ご飯・バター・小麦 粉・油	シロイトタラ・豚 肉・味噌	インゲン・キャベ ツ・なす・玉ねぎ・ 人参・切干大根・不 知火（しおぬい）	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・ 精製塩	252 11.6 4.2 43.9 0.6	kcal g g g g	乳・小麦	340 15.7 5.7 59.3 0.8	kcal g g g g	乳・小麦
3 水	ご飯 鶏肉のちゃんちゃん焼き風 ほうれん草のサラダ すまし汁（白菜・ワカメ）	ご飯・鶏肉・砂糖 ・片栗粉・油	鶏肉・味噌	コーン・ピーマン・ ほうれん草・ワカメ ・玉ねぎ・人参・ 白菜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・ 酢・精製塩	286 11.0 8.8 42.0 0.9	kcal g g g g	小麦	386 14.9 11.9 56.7 1.2	kcal g g g g	小麦
4 木	ご飯 鮭フライ かぼちゃと豚肉の煮物 みそ汁（豆腐・油揚げ） ヨーグルト	ご飯・パン粉・砂糖 ・小麦粉・油	ヨーグルト・鮭・玉 腐・豚肉・味噌・油 揚げ	かぼちゃ・チンゲン 菜	酒・出し汁・醤油・ 水	346 16.6 10.8 48.8 0.6	kcal g g g g	乳・小麦	467 22.4 14.6 65.9 0.8	kcal g g g g	乳・小麦
5 金	ご飯 アスパラガスとコーンのピラフ 照り焼きにっこりハンバーグ みそ汁（もやし・焼酎） フルーツ（バナナ）	ご飯・バター・パン 粉・砂糖・焼酎・油	豆乳・豚肉・味噌	グリーンアスパラ・ コーン・バナナ・フ ロッキー・もやし ・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・ 精製塩	283 10.9 8.3 43.0 0.6	kcal g g g g	乳・小麦	382 14.7 11.2 58.1 0.8	kcal g g g g	乳・小麦
6 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 11.6 8.7 47.8 1.0	kcal g g g g	卵・小麦	413 15.7 11.7 64.5 1.4	kcal g g g g	卵・小麦
7 日	ご飯 豚肉のコーン炒め 大根と小松菜のしらす煮 みそ汁（さつま芋・キヌサヤ）	ご飯・鶏肉・さつ ま芋・砂糖	しらす干し・豚肉・ 味噌	キヌサヤ・コーン・ 玉ねぎ・小松菜・人 参・大根	酒・出し汁・醤油・ 精製塩	251 11.4 5.2 41.0 0.8	kcal g g g g	小麦	339 15.4 7.0 55.4 1.1	kcal g g g g	小麦
8 月	ご飯 豆腐と鶏肉の煮物 じゃが芋のトマトサラダ みそ汁（長ねぎ・油揚げ）	ご飯・じゃが芋・砂 糖・油	鶏肉・豆腐・味噌・ 油揚げ	チンゲン菜・トマ ト・人参・長ねぎ	みりん風調味料・出 し汁・醤油・酢・精 製塩	286 11.2 8.9 42.5 0.6	kcal g g g g	小麦	386 15.1 12.0 57.4 0.8	kcal g g g g	小麦
9 火	鉄分強化！ふりかけご飯 カラスカレイの甘酢漬け 豚肉と大根の炒め煮 みそ汁（ワカメ・花ふ） フルーツ（オレンジ）	ご飯・花ふ・砂糖・ 小麦粉・油	カラスカレイ・豚 肉・味噌	オレンジ・ハブリカ 赤・ワカメ・玉ね ぎ・人参・水菜・大 根	ふりかけ・酒・出し 汁・醤油・酢	292 12.1 9.1 41.7 0.9	kcal g g g g	小麦	394 16.3 12.3 56.3 1.2	kcal g g g g	小麦
10 水	ご飯 ミートスパゲッティ 白菜と人参のツナサラダ スープ（豆腐・インゲン）	スパゲッティ・砂 糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・鶏 肉・豆腐	インゲン・ハブリ カ・玉ねぎ・人参・ 白菜	ウスターソース・ケ チャップ・酒・出し 汁・醤油・酢・水・ 精製塩	276 12.5 10.5 33.1 1.1	kcal g g g g	小麦	373 16.9 14.2 44.7 1.5	kcal g g g g	小麦
11 木	ご飯 白糸タラのココロ揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁（玉ねぎ・キャベツ） フルーツ（オレンジ）	ご飯・さつま芋・砂 糖・片栗粉・油	シロイトタラ・豚 肉・味噌	オレンジ・キャベ ツ・ひじき・玉ね ぎ・人参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・ 水	287 10.7 6.6 48.8 0.8	kcal g g g g	小麦	387 14.4 8.9 65.9 1.1	kcal g g g g	小麦
12 金	チキンハヤシライス きゅうりとスタップエンドウのコーンサラダ スープ（小松菜・しめじ） フルーツ（バナナ）	ご飯・さつま芋・砂 糖・油	鶏肉	きゅうり・コーン・ しめじ・スタップエ ンドウ・パセリ・バ ナナ・玉ねぎ・小松 菜・人参	SBハヤシの王子さ ま顆粒・出し汁・醬 油・酢・水・精製塩	289 9.4 7.7 47.4 1.3	kcal g g g g	小麦	390 12.7 10.4 64.0 1.8	kcal g g g g	小麦
13 土	ご飯 鶏肉と野菜のソテー さつま芋サラダ みそ汁（ごぼう・長ねぎ）	ご飯・さつま芋・砂 糖・油	鶏肉・味噌	グリーンピース・ご ぼう・ハブリカ黄・ 玉ねぎ・人参・長ね ぎ	出し汁・醤油・酢・ 精製塩	310 10.5 8.6 49.0 0.7	kcal g g g g	小麦	419 14.2 11.6 66.2 0.9	kcal g g g g	小麦
14 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 11.4 10.6 32.1 0.8	kcal g g g g	乳・卵・小 麦	358 15.4 14.3 43.3 1.1	kcal g g g g	乳・卵・小 麦
15 月	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉と野菜の煮物 揚げ焼きポテト みそ汁（花ふ・長ねぎ）	ご飯・じゃが芋・花 ふ・砂糖・油	鶏肉・味噌	あおさ粉・ごぼう・ 玉ねぎ・人参・長ね ぎ	ふりかけ・みりん風 調味料・出し汁・醤油 ・精製塩	270 9.5 7.4 43.9 0.8	kcal g g g g	小麦	365 12.8 10.0 59.3 1.1	kcal g g g 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	385	16.2	10.3	59.4	1.1
1～2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	285	12.0	7.6	44.0	0.8



ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 4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	火	ご飯 白糸タラと春キャベツのバター炒め 豚肉の切干大根煮 みそ汁(なす・インゲン) アップルゼリー	ご飯・バター・小麦粉・油	シロイトタラ・豚肉・味噌	インゲン・キャベツ・なす・りんご ジュース・寒天・玉ねぎ・人参・切干大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	260 kcal 11.4 g 4.3 g 46.0 g 0.6 g	乳・小麦	351 kcal 15.4 g 5.8 g 62.1 g 0.8 g	乳・小麦
17	水	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 ジュース・ワカメ・寒天・玉ねぎ・人参・大根	SB/ハヤシの王子さま まみり・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
18	木	ご飯 鮭フライ かぼちゃと豚肉の煮物 みそ汁(豆腐・油揚げ) ヨーグルト	ご飯・パン粉・砂糖・小麦粉・油	ヨーグルト・鮭・豆腐・豚肉・味噌・油	かぼちゃ・チンゲン菜	酒・出し汁・醤油・水	346 kcal 16.6 g 10.8 g 48.8 g 0.6 g	乳・小麦	467 kcal 22.4 g 14.6 g 65.9 g 0.8 g	乳・小麦
19	金	ご飯 照り焼きハンバーグ さつまいものコーンとえ みそ汁(もやし・焼ふ)	ご飯・さつまいも・パン粉・砂糖・焼ふ・油	豆乳・豚肉・味噌	コーン・ブロッコリー・もやし・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	304 kcal 11.0 g 7.6 g 50.1 g 0.6 g	小麦	410 kcal 14.9 g 10.3 g 67.6 g 0.8 g	小麦
20	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 まみり・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
21	日	ご飯 豚肉のコーン炒め 大根と小松菜のしらす煮 みそ汁(さつまいも・キヌサヤ)	ごま油・ご飯・さつまいも・砂糖	しらす干し・豚肉・味噌	キヌサヤ・コーン・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	酒・出し汁・醤油・精製塩	251 kcal 11.4 g 5.2 g 41.0 g 0.8 g	小麦	339 kcal 15.4 g 7.0 g 55.4 g 1.1 g	小麦
22	月	豚肉と春野菜の和風焼きうどん 大根と人参のごまマヨサラダ みそ汁(豆腐・玉ねぎ)	うどん・ごま・マヨネーズ・砂糖・油	花かつお・豆腐・豚肉・味噌	キャベツ・コーン・スナップエンドウ・玉ねぎ・人参・大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	272 kcal 12.8 g 10.6 g 31.3 g 0.8 g	卵・小麦	367 kcal 17.3 g 14.3 g 42.3 g 1.1 g	卵・小麦
23	火	鉄分強化!ふりかけご飯 カラスカレイの甘酢漬け 豚肉と大根の炒め煮 みそ汁(ワカメ・花ふ) フルーツ(オレンジ)	ご飯・花ふ・砂糖・小麦粉・油	カラスカレイ・豚肉・味噌	オレンジ・パプリカ赤・ワカメ・玉ねぎ・人参・水菜・大根	ふりかけ・酒・出し汁・醤油・酢	292 kcal 12.1 g 9.1 g 41.7 g 0.9 g	小麦	394 kcal 16.3 g 12.3 g 56.3 g 1.2 g	小麦
24	水	ミートスパゲッティ 白菜と人参のツナサラダ スープ(豆腐・インゲン)	スパゲッティ・砂糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・鶏肉・豆腐	インゲン・パセリ・玉ねぎ・人参・白菜	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	276 kcal 12.5 g 10.5 g 33.1 g 1.1 g	小麦	373 kcal 16.9 g 14.2 g 44.7 g 1.5 g	小麦
25	木	ご飯 白糸タラのココロ揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁(玉ねぎ・キャベツ) フルーツ(オレンジ)	ご飯・さつまいも・砂糖・片栗粉・油	シロイトタラ・豚肉・味噌	オレンジ・キャベツ・ひじき・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	287 kcal 10.7 g 6.6 g 48.8 g 0.8 g	小麦	387 kcal 14.4 g 8.9 g 65.9 g 1.1 g	小麦
26	金	チキンハヤシライス きゅうりとスナップエンドウのコンサラダ スープ(小松菜・しめじ) アップルゼリー	ごま油・ご飯・砂糖・油	鶏肉	きゅうり・コーン・しめじ・スナップエンドウ・パセリ・りんご ジュース・寒天・玉ねぎ・小松菜・人参	SB/ハヤシの王子さま まみり・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	298 kcal 9.3 g 7.8 g 49.6 g 1.3 g	小麦	402 kcal 12.6 g 10.5 g 67.0 g 1.8 g	小麦
27	土	ご飯 鶏肉と野菜のソテー さつまいもサラダ みそ汁(ごぼう・長ねぎ)	ご飯・さつまいも・砂糖・油	鶏肉・味噌	グリーンピース・ごぼう・パプリカ黄・玉ねぎ・人参・長ねぎ	出し汁・醤油・酢・精製塩	310 kcal 10.5 g 8.6 g 49.0 g 0.7 g	小麦	419 kcal 14.2 g 11.6 g 66.2 g 0.9 g	小麦
28	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
29	月	鉄分強化!ふりかけご飯 鶏肉と野菜の煮物 揚げきりポテト みそ汁(花ふ・長ねぎ)	ご飯・じゃが芋・花ふ・砂糖・油	鶏肉・味噌	あおさ粉・ごぼう・玉ねぎ・人参・長ねぎ	ふりかけ・みりん風調味料・出し汁・醤油・精製塩	271 kcal 9.5 g 7.4 g 43.8 g 0.8 g	小麦	366 kcal 12.8 g 10.0 g 59.1 g 1.1 g	小麦
30	火	ご飯 白糸タラと春キャベツのバター炒め 豚肉の切干大根煮 みそ汁(なす・インゲン) アップルゼリー	ご飯・バター・小麦粉・油	シロイトタラ・豚肉・味噌	インゲン・キャベツ・なす・りんご ジュース・寒天・玉ねぎ・人参・切干大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	261 kcal 11.4 g 4.3 g 46.0 g 0.6 g	乳・小麦	352 kcal 15.4 g 5.8 g 62.1 g 0.8 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	385	16.2	10.3	59.4	1.1
1～2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	285	12.0	7.6	44.0	0.8



ママサポ・テラス