

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 5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	水	ご飯 肉じゃが ほうれん草サラダ みそ汁(ごぼう・キヌサヤ)	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・油	豚肉・味噌	キヌサヤ・ごぼう・ほうれん草・玉ねぎ・人参・赤ヒママ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	260 kcal 11.4 g 6.1 g 42.1 g 0.6 g	小麦	351 kcal 15.4 g 8.2 g 56.8 g 0.8 g	小麦
2	木	ご飯 豆腐のふんわり焼き さつま芋サラダ みそ汁(焼ふ・しめじ)	ご飯・さつま芋・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	鶏肉・豆腐・味噌	きゅうり・しめじ・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	出し汁・醤油・酢・水	316 kcal 10.8 g 8.5 g 50.8 g 0.5 g	小麦	427 kcal 14.6 g 11.5 g 68.6 g 0.7 g	小麦
3	金	中華ちまき風混ぜ込みごはん こいのぼりフライ 奥深くさんすふ(チンゲン菜・コーン・インゲン) フルーツ(オレンジ)	ごま油・ご飯・パン粉・砂糖・小麦粉・油	シロイタダ・豚肉	インゲン・オレンジ・キャベツ・コーン・チンゲン菜・玉ねぎ・人参	ウスターソース・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	310 kcal 13.7 g 8.5 g 46.3 g 0.7 g	小麦	419 kcal 18.5 g 11.5 g 62.5 g 0.9 g	小麦
4	土	ご飯 豚肉と春野菜のごま味噌炒め 白菜と人参のしらすサラダ ずまし汁(花ふ・油揚げ)	ごま・ご飯・花ふ・砂糖・油	しらす干し・豚肉・味噌・油揚げ	スナップエンドウ・玉ねぎ・人参・白菜	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	273 kcal 12.0 g 8.1 g 39.0 g 0.9 g	小麦	369 kcal 16.2 g 10.9 g 52.7 g 1.2 g	小麦
5	日	豚丼 マカロニコーンサラダ みそ汁(キャベツ・大根菜)	ご飯・マカロニミックス・マヨネーズ・砂糖・油	豚肉・味噌	インゲン・キャベツ・コーン・玉ねぎ・人参・大根菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	284 kcal 11.0 g 7.6 g 44.3 g 0.6 g	卵・小麦	383 kcal 14.9 g 10.3 g 59.8 g 0.8 g	卵・小麦
6	月	鉄分強化!ふりかけご飯 鶏唐揚げのたれがらめ 切干大根煮 みそ汁(豆腐・ワカメ)	ご飯・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	鶏肉・豆腐・味噌	ブロccoli・ほうれん草・ワカメ・玉ねぎ・人参・切干大根	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	322 kcal 12.7 g 11.1 g 43.7 g 0.8 g	小麦	435 kcal 17.1 g 15.0 g 59.0 g 1.1 g	小麦
7	火	ご飯 白米タラの煮付け ボテトツナサラダ 鶏汁(鶏肉・大根・長ねぎ) フルーツ(みかん缶)	ご飯・じゃが芋・砂糖・油	シロイタダ・ツナ・フレーク缶・鶏肉・味噌	インゲン・みかん缶・人参・大根・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢	273 kcal 13.0 g 5.5 g 43.9 g 0.7 g	小麦	369 kcal 17.6 g 7.4 g 59.3 g 0.9 g	小麦
8	水	わかめうどん かぼちゃのサクサクパン粉焼き アップルゼリー	うどん・パン粉・砂糖・油	豚肉	かぼちゃ・キャベツ・パセリ粉・ゆめこ・ジュース・ワカメ・巻天・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	271 kcal 11.1 g 6.4 g 41.4 g 1.0 g	小麦	366 kcal 15.0 g 8.6 g 55.9 g 1.4 g	小麦
9	木	ご飯 厚揚げと鶏肉の煮物 白菜と人参のサラダ みそ汁(小松菜・なめこ)	ごま油・ご飯・さつま芋・砂糖・油	鶏肉・厚揚げ・味噌	なめこ・玉ねぎ・小松菜・人参・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢	311 kcal 12.4 g 11.3 g 42.1 g 0.6 g	小麦	420 kcal 16.7 g 15.3 g 56.8 g 0.8 g	小麦
10	金	ご飯 茹で豚のごま味噌だれ 大根と人参の煮物 ずまし汁(なす・花ふ)	ごま・ご飯・花ふ・砂糖・片栗粉	豚肉・味噌・油揚げ	なす・パプリカ赤・もやし・人参・大根・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	249 kcal 11.4 g 6.2 g 37.9 g 0.7 g	小麦	336 kcal 15.4 g 8.4 g 51.2 g 0.9 g	小麦
11	土	ご飯 豚肉の生姜焼き 春雨サラダ みそ汁(インゲン・長ねぎ)	ご飯・マヨネーズ・砂糖・春雨・油	豚肉・味噌	インゲン・トマト・玉ねぎ・人参・水菜・生姜・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	267 kcal 9.4 g 7.2 g 41.7 g 0.5 g	卵・小麦	360 kcal 12.7 g 9.7 g 56.3 g 0.7 g	卵・小麦
12	日	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)	ごま油・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	SBC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
13	月	ご飯 白米タラのサクサクフライ 大根のそぼろ煮 みそ汁(玉ねぎ・豆腐) フルーツ(オレンジ)	ご飯・パン粉・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	シロイタダ・鶏肉・豆腐・味噌	オレンジ・トマト・玉ねぎ・人参・大根	ウスターソース・出し汁・醤油・水	293 kcal 12.6 g 7.2 g 46.8 g 0.7 g	小麦	396 kcal 17.0 g 9.7 g 63.2 g 0.9 g	小麦
14	火	鮭のバター醤油スバゲッティ 小松菜と人参のひじきサラダ チキンスープ(鶏肉・かぼちゃ・コーン)	ごま油・スバゲッティ・バター・砂糖・小麦粉	鶏肉・鮭	かぼちゃ・キャベツ・コーン・ひじき・玉ねぎ・小松菜・人参	酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	270 kcal 15.7 g 8.3 g 34.1 g 0.9 g	乳・小麦	365 kcal 21.2 g 11.2 g 46.0 g 1.2 g	乳・小麦
15	水	ひじきご飯 鶏肉のから揚げ キャベツとトマトのおかか和え みそ汁(玉ねぎ・ワカメ)	ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	花かつお・鶏肉・味噌	あおさ粉・キャベツ・トマト・ひじき・ワカメ・玉ねぎ・人参・生姜	酒・出し汁・醤油・精製塩	309 kcal 11.1 g 11.6 g 42.7 g 0.8 g	小麦	417 kcal 15.0 g 15.7 g 57.6 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			
	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	16.4	10.6	58.1	1.0
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	286	12.1	7.9	43.0	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 5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 木	ご飯 豆腐のふんわり焼き さつま芋サラダ みそ汁(焼ふ・しめじ)	ごま油・さつま芋・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	鶏肉・豆腐・味噌	きゅうり・しめじ・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	出し汁・醤油・酢・水	316 kcal 10.8 g 8.5 g 50.8 g 0.5 g	小麦	427 kcal 14.6 g 11.5 g 68.6 g 0.7 g	小麦
17 金	ご飯 白糸タラのサクサクパン粉焼き 肉野菜炒め スープ(チンゲン菜・コーン) フルーツ(バナナ)	ごま油・ご飯・パン粉・小麦粉・油	シロイタダ・豚肉	キャベツ・コーン・チンゲン菜・バナナ・もやし・人参	ウスターソース・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	307 kcal 13.6 g 8.9 g 44.5 g 0.7 g	小麦	414 kcal 18.4 g 12.0 g 60.1 g 0.9 g	小麦
18 土	ご飯 豚肉と春野菜のごま味噌炒め 白菜と人参のしらすサラダ ずまし汁(花ふ・油揚げ)	ごま油・ご飯・花ふ・砂糖・油	しらす干し・豚肉・味噌・油揚げ	スナップエンドウ・玉ねぎ・人参・白菜	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	273 kcal 12.0 g 8.1 g 39.0 g 0.9 g	小麦	369 kcal 16.2 g 10.9 g 52.7 g 1.2 g	小麦
19 日	豚丼 マカロニコーンサラダ みそ汁(キャベツ・えのき草)	ご飯・マカロニミックス・マヨネーズ・砂糖・油	豚肉・味噌	インゲン・えのき草・キャベツ・コーン・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・醤油・出し汁・醤油・精製塩	284 kcal 11.0 g 7.6 g 44.5 g 0.6 g	卵・小麦	383 kcal 14.9 g 10.3 g 60.1 g 0.8 g	卵・小麦
20 月	鉄分強化!ふりかけご飯 鶏唐揚げのたれがらめ 切干大根煮 みそ汁(豆腐・ワカメ)	ご飯・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	鶏肉・豆腐・味噌	トマト・ほうれん草・ワカメ・玉ねぎ・人参・切干大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	319 kcal 12.2 g 11.0 g 43.6 g 0.8 g	小麦	431 kcal 16.5 g 14.9 g 58.9 g 1.1 g	小麦
21 火	ご飯 白糸タラの煮付け ポテトツナサラダ 鶏汁(鶏肉・大根・長ねぎ) フルーツ(オレンジ)	ご飯・じゃが芋・砂糖・油	シロイタダ・ツナ・ブレイク缶・鶏肉・味噌	インゲン・オレンジ・人参・大根・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢	269 kcal 13.0 g 5.5 g 43.2 g 0.7 g	小麦	363 kcal 17.6 g 7.4 g 58.3 g 0.9 g	小麦
22 水	おにぎり・鶏肉の唐揚げ 豆腐ハンバーグ かぼちゃの煮物 磯ポテト フロッコリーのツナサラダ	ご飯・じゃがいも・砂糖・油・マヨネーズ・片栗粉	鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ・ツナ	人参・フロッコリー・玉ねぎ・かぼちゃ・あおさび・ひじき・しょうが	精製塩・酒・醤油・だし汁	315 kcal 10.7 g 16.4 g 28.2 g 0.9 g	小麦	395 kcal 14.5 g 18.9 g 44.4 g 1.1 g	小麦
23 木	ご飯 厚揚げと鶏肉の煮物 白菜と人参のサラダ みそ汁(小松菜・なめこ)	ごま油・ご飯・さつま芋・砂糖・油	鶏肉・厚揚げ・味噌	なめこ・玉ねぎ・小松菜・人参・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢	311 kcal 12.4 g 11.3 g 42.1 g 0.6 g	小麦	420 kcal 16.7 g 15.3 g 56.8 g 0.8 g	小麦
24 金	ご飯 茹で豚のごま味噌だれ 大根と人参の煮物 ずまし汁(なす・花ふ)	ごま油・ご飯・花ふ・砂糖・片栗粉	豚肉・味噌・油揚げ	なす・パプリカ赤・もやし・人参・大根・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	249 kcal 11.4 g 6.2 g 37.9 g 0.7 g	小麦	336 kcal 15.4 g 8.4 g 51.2 g 0.9 g	小麦
25 土	ご飯 豚肉の生姜焼き 春雨サラダ みそ汁(インゲン・長ねぎ)	ご飯・マヨネーズ・砂糖・春雨・油	豚肉・味噌	インゲン・トマト・玉ねぎ・人参・水菜・生姜・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	267 kcal 9.4 g 7.2 g 41.7 g 0.5 g	卵・小麦	360 kcal 12.7 g 9.7 g 56.3 g 0.7 g	卵・小麦
26 日	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カレーの玉子さみだれ粒・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
27 月	ご飯 鶏肉とじゃが芋の麻婆炒め風 トマトと大根のサラダ スープ(人参・ワカメ)	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・片栗粉・油	鶏肉・味噌	チンゲン菜・トマト・ワカメ・玉ねぎ・人参・大根	出し汁・醤油・酢・水・精製塩	276 kcal 10.2 g 8.5 g 41.3 g 0.8 g	小麦	373 kcal 13.8 g 11.5 g 55.8 g 1.1 g	小麦
28 火	鮭と春野菜のバター醤油スラッパティ スナップエンドウのかぼちゃサラダ チキンスープ(鶏肉・小松菜・コーン)	ごま油・スラッパティ・バター・砂糖・小麦粉	鶏肉・鮭	かぼちゃ・キャベツ・グリーンアスパラ・コーン・スナップエンドウ・玉ねぎ・小松菜・人参	酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	282 kcal 16.1 g 8.3 g 37.0 g 0.8 g	乳・小麦	381 kcal 21.7 g 11.2 g 50.0 g 1.1 g	乳・小麦
29 水	ご飯 肉じゃが ほうれん草サラダ みそ汁(ごぼう・キヌサヤ)	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・油	鶏肉・味噌	キヌサヤ・ごぼう・パプリカ赤・ほうれん草・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	254 kcal 10.8 g 6.1 g 41.9 g 0.6 g	小麦	343 kcal 14.6 g 8.2 g 56.6 g 0.8 g	小麦
30 木	ご飯 豆腐のふんわり焼き さつま芋サラダ みそ汁(焼ふ・しめじ)	ごま油・さつま芋・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	鶏肉・豆腐・味噌	きゅうり・しめじ・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	出し汁・醤油・酢・水	316 kcal 10.8 g 8.5 g 50.8 g 0.5 g	小麦	427 kcal 14.6 g 11.5 g 68.6 g 0.7 g	小麦
31 金	ご飯 白糸タラのサクサクパン粉焼き 肉野菜炒め スープ(チンゲン菜・コーン) フルーツ(バナナ)	ごま油・ご飯・パン粉・小麦粉・油	シロイタダ・豚肉	キャベツ・コーン・チンゲン菜・バナナ・もやし・人参	ウスターソース・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	307 kcal 13.6 g 8.9 g 44.5 g 0.7 g	小麦	414 kcal 18.4 g 12.0 g 60.1 g 0.9 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	385	16.4	10.6	58.1	1.0
1～2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	286	12.1	7.9	43.0	0.8

