

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 6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・スビ・ カニ)	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・スビ・ カニ)
1 土	鉄分強化!ふりかけご飯 豆腐の肉野菜あん 白菜と人参の醤油炒め みそ汁(花ふ・油揚げ)	ご飯・花ふ・片栗粉・油	鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ	玉ねぎ・小松菜・人参・白菜	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	279 kcal 11.6 g 9.0 g 39.4 g 0.7 g	小麦	377 kcal 15.7 g 12.2 g 53.2 g 0.9 g	小麦
2 日	ご飯 豚肉とキャベツのごま炒め きゅうりと人参のサラダ みそ汁(ほうれん草・ごぼう)	ご飯・ごま油・ご飯・砂糖・油	豚肉・味噌	キャベツ・きゅうり・コーン・ごぼう・ほうれん草・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	257 kcal 10.7 g 7.3 g 39.1 g 0.6 g	小麦	347 kcal 14.4 g 9.9 g 52.8 g 0.8 g	小麦
3 月	ご飯 カラスカレイの照り焼き 豚肉のひじき煮 みそ汁(大根・焼ふ) フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	カラスカレイ・豚肉・味噌・油揚げ	オレンジ・ひじき・人参・大根・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	304 kcal 12.7 g 11.2 g 39.8 g 0.6 g	小麦	410 kcal 17.1 g 15.1 g 53.7 g 0.8 g	小麦
4 火	スパゲティナポリタン さつま芋とコーンのコロコロ炒め スープ(チンゲン菜・人参)	さつま芋・スパゲティ・砂糖・油	鶏肉	コーン・チンゲン菜・ピーマン・玉ねぎ・人参	ウスターソース・ケチャップ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	280 kcal 10.2 g 8.7 g 41.2 g 0.8 g	小麦	378 kcal 13.8 g 11.7 g 55.6 g 1.1 g	小麦
5 水	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
6 木	チキンカレーライス キャベツのツナサラダ スープ(豆腐・キヌサヤ) ヨーグルト	ご飯・じゃが芋・砂糖・油	ツナフレーク缶・ヨーグルト・鶏肉・豆腐	キヌサヤ・キャベツ・きゅうり・玉ねぎ・人参	SBカレーの王子さま顆粒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	326 kcal 12.7 g 10.7 g 47.8 g 1.2 g	乳・小麦	440 kcal 17.1 g 14.4 g 64.5 g 1.6 g	乳・小麦
7 金	ご飯 助寮タラの塩あん煮 トマトとほうれん草のサラダ 具だくさん汁(豚肉・なす・ワカメ) フルーツ(バナナ)	ごま油・ご飯・砂糖・片栗粉・油	ステーキタラ・豚肉・味噌	トマト・なす・バナナ・ほうれん草・ワカメ・人参・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	266 kcal 13.0 g 6.2 g 40.8 g 0.9 g	小麦	359 kcal 17.6 g 8.4 g 55.1 g 1.2 g	小麦
8 土	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
9 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
10 月	ご飯 豆腐と豚肉のくずし煮 きゅうりと人参の胡麻サラダ みそ汁(焼ふ・ごぼう)	ごま・ごま油・ご飯・砂糖・焼ふ・油	豆腐・豚肉・味噌	きゅうり・ごぼう・チンゲン菜・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢	281 kcal 12.1 g 8.2 g 41.3 g 0.6 g	小麦	379 kcal 16.3 g 11.1 g 55.8 g 0.8 g	小麦
11 火	ご飯 鮭のみそパン粉焼き 鶏肉と白菜のコーン煮 ずまし汁(さつま芋・油揚げ) フルーツ(オレンジ)	ご飯・さつま芋・パン粉・砂糖・小麦粉・油	鶏肉・鮭・味噌・油揚げ	オレンジ・コーン・人参・白菜	みりん風調味料・出し汁・醤油・水・精製塩	349 kcal 15.4 g 10.9 g 49.4 g 0.6 g	小麦	471 kcal 20.8 g 14.7 g 66.7 g 0.8 g	小麦
12 水	納豆ごはん 豚生巻炒め 夏野菜サラダ みそ汁(キャベツ・なめこ)	ご飯・砂糖・油	豚肉・納豆・味噌	キャベツ・トマト・なめこ・パプリカ・青・ちやし・玉ねぎ・人参・生姜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	273 kcal 12.7 g 7.6 g 40.4 g 0.7 g	小麦	369 kcal 17.1 g 10.3 g 54.5 g 0.9 g	小麦
13 木	中華風冷やしソメメン じゃが芋のごまがらめ フルーツ(オレンジ)	ごま・ごま油・じゃが芋・ソメメン・砂糖・片栗粉・油	ツナフレーク缶・鶏肉	オレンジ・きゅうり・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水	320 kcal 12.7 g 12.3 g 39.2 g 0.9 g	小麦	432 kcal 17.1 g 16.6 g 52.9 g 1.2 g	小麦
14 金	ご飯 照り豚となすのみそグラタン風 キャベツのおかかサラダ スープ(人参・長ねぎ)	ご飯・バター・パン粉・砂糖・小麦粉・油	花かつお・豆乳・豚肉・味噌	キャベツ・なす・パセリ・玉ねぎ・人参・水菜・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	270 kcal 12.0 g 6.8 g 42.4 g 0.7 g	乳・小麦	365 kcal 16.2 g 9.2 g 57.2 g 0.9 g	乳・小麦
15 土	鉄分強化!ふりかけご飯 豆腐の肉野菜あん 白菜と人参の醤油炒め みそ汁(花ふ・油揚げ)	ご飯・花ふ・片栗粉・油	鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ	玉ねぎ・小松菜・人参・白菜	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	279 kcal 11.6 g 9.0 g 39.4 g 0.7 g	小麦	377 kcal 15.7 g 12.2 g 53.2 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	給与栄養目標量		当月平均給与栄養量			
	174kcal/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	386	16.4	11.4	56.9	1.0
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	286	12.1	8.4	42.1	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 6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 日	ご飯 豚肉とキャベツのごま炒め きゅうりと人参のサラダ みそ汁 (ほうれん草・ごぼう)	ごま・ごま油・ご 飯・砂糖・油	豚肉・味噌	キャベツ・きゅう り・コーン・ごぼ う・ほうれん草・人 参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・ 酢・精製塩	257 kcal 10.7 g 7.3 g 39.1 g 0.6 g	小麦	347 kcal 14.4 g 9.9 g 52.8 g 0.8 g	小麦
17 月	ご飯 カラスカレイの照り焼き 豚肉のひじき煮 みそ汁 (大根・焼酎) フルーツ (オレンジ)	ご飯・砂糖・小麦 粉・焼酎・油	カラスカレイ・豚 肉・味噌・油揚げ	オレンジ・ひじき・ 人参・大根・白菜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・ 精製塩	304 kcal 12.7 g 11.2 g 39.8 g 0.6 g	小麦	410 kcal 17.1 g 15.1 g 53.7 g 0.8 g	小麦
18 火	スバゲティナポリタン さつまいもとコーンのココロ炒め スープ (チンゲン菜・人参)	さつまいも・スバゲッ ティ・砂糖・油	鶏肉	コーン・チンゲン 菜・ピーマン・玉ね ぎ・人参	ウスターソース・ケ チャップ・みりん風 調味料・出し汁・醤油 ・精製塩	280 kcal 10.2 g 8.7 g 41.2 g 0.8 g	小麦	378 kcal 13.8 g 11.7 g 55.6 g 1.1 g	小麦
19 水	ご飯 鮭と野菜の炒め物 切干大根ともやしサラダ みそ汁 (なす・万能ねぎ) フルーツ (バナナ)	ごま油・ご飯・砂 糖・片栗粉・油	鮭・味噌	えのき豆・グリーン アスパラ・なす・パ ナナ・もやし・玉ね ぎ・人参・切干大 根・万能ねぎ	みりん風調味料・出 し汁・醤油・水	268 kcal 10.9 g 5.0 g 47.0 g 0.6 g	小麦	362 kcal 14.7 g 6.8 g 63.5 g 0.8 g	小麦
20 木	チキンカレーライス キャベツのツナサラダ スープ (豆腐・キヌサヤ) ヨーグルト	ご飯・じゃが芋・砂 糖・油	ツナフレーク缶・ ヨーグルト・鶏肉・ 豆腐	キヌサヤ・キャベ ツ・きゅうり・玉ね ぎ・人参	SBカレーの王子さ ま粉粒・出し汁・醤油 ・酢・水・精製塩	326 kcal 12.7 g 10.7 g 47.8 g 1.2 g	乳・小麦	440 kcal 17.1 g 14.4 g 64.5 g 1.6 g	乳・小麦
21 金	ご飯 助京タラの塩あん煮 トマトとほうれん草のサラダ 具だくさん汁 (豚肉・なす・ワカメ) フルーツ (みかん缶)	ごま油・ご飯・砂 糖・片栗粉・油	ステーキ肉・豚 肉・味噌	トマト・なす・ほう れん草・みかん缶・ ワカメ・人参・白菜	みりん風調味料・酒 ・出し汁・醤油・ 酢・精製塩	267 kcal 13.0 g 6.2 g 41.1 g 0.9 g	小麦	360 kcal 17.6 g 8.4 g 55.5 g 1.2 g	小麦
22 土	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・ハ 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
23 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 ごジュース・ワカ メ・落花生・玉ねぎ ・人参・大根	SBハヤシの王子さ ま粉粒・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
24 月	ご飯 豆腐と豚肉のくずし煮 きゅうりと人参の胡麻サラダ みそ汁 (焼酎・ごぼう)	ごま・ごま油・ご 飯・砂糖・焼酎・油	豆腐・豚肉・味噌	きゅうり・ごぼう・ チンゲン菜・玉ね ぎ・人参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・ 酢	282 kcal 12.2 g 8.2 g 41.3 g 0.6 g	小麦	381 kcal 16.5 g 11.1 g 55.8 g 0.8 g	小麦
25 火	●鮭とコーンのおにぎり 鶏肉と白菜のアスパラ炒め さつまいもの煮物 フルーツ (オレンジ)	ご飯・さつまいも・砂 糖・油	鶏肉・鮭	あおさ粉・オレンジ ジュース・グリーンア スパ・コーン・人参・ 白菜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・ 精製塩	318 kcal 13.8 g 7.0 g 51.6 g 0.4 g	小麦	429 kcal 18.6 g 9.5 g 69.7 g 0.5 g	小麦
26 水	納豆ごはん 豚生姜炒め 夏野菜サラダ みそ汁 (キャベツ・なめこ)	ご飯・砂糖・油	豚肉・納豆・味噌	キャベツ・トマト・ なめこ・パプリカ 黄・もやし・玉ね ぎ・人参・生姜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・ 酢・精製塩	273 kcal 12.7 g 7.6 g 40.4 g 0.7 g	小麦	369 kcal 17.1 g 10.3 g 54.5 g 0.9 g	小麦
27 木	中華風冷やしラーメン じゃが芋のごまがらめ フルーツ (オレンジ)	ごま・ごま油・じゃ が芋・ラーメン・砂 糖・片栗粉・油	ツナフレーク缶・鶏 肉	オレンジ・きゅう り・人参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・ 酢・水	320 kcal 12.7 g 12.3 g 39.2 g 0.9 g	小麦	432 kcal 17.1 g 16.6 g 52.9 g 1.2 g	小麦
28 金	ご飯 照り焼きとなすのみそグラタン風 キャベツのおかかサラダ スープ (人参・長ねぎ)	ご飯・バター・パン 粉・砂糖・小麦粉・ 油	花かつお・豆乳・豚 肉・味噌	キャベツ・なす・パ セリ・玉ねぎ・人 参・水菜・長ねぎ	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・ 酢・水・精製塩	270 kcal 12.0 g 6.8 g 42.4 g 0.7 g	乳・小麦	365 kcal 16.2 g 9.2 g 57.2 g 0.9 g	乳・小麦
29 土	鉄分強化！ふりかけご飯 豆腐の肉野菜あん 白菜と人参の醤油炒め みそ汁 (花ふ・油揚げ)	ご飯・花ふ・片栗 粉・油	鶏肉・豆腐・味噌・ 油揚げ	玉ねぎ・小松菜・人 参・白菜	ふりかけ・みりん風 調味料・酒・出し 汁・醤油・精製塩	279 kcal 11.6 g 9.0 g 39.4 g 0.7 g	小麦	377 kcal 15.7 g 12.2 g 53.2 g 0.9 g	小麦
30 日	ご飯 豚肉とキャベツのごま炒め きゅうりと人参のサラダ みそ汁 (ほうれん草・ごぼう)	ごま・ごま油・ご 飯・砂糖・油	豚肉・味噌	キャベツ・きゅう り・コーン・ごぼ う・ほうれん草・人 参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・ 酢・精製塩	257 kcal 10.7 g 7.3 g 39.1 g 0.6 g	小麦	347 kcal 14.4 g 9.9 g 52.8 g 0.8 g	小麦
31 月						kcal g g g g		kcal g g g g	

※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	386	16.4	11.4	56.9	1.0
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	286	12.1	8.4	42.1	0.7

