

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 7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	ご飯 鮭の磯風味焼き 切干大根と焼肉ののりみ煮 みそ汁(玉ねぎ・キャベツ) フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	鮭・豚肉・味噌	あおさ粉・オレンジ汁・キャベツ・玉ねぎ・小松菜・人参・切干大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	297 kcal 14.7 g 7.5 g 45.1 g 0.6 g	小麦	401 kcal 19.8 g 10.1 g 60.9 g 0.8 g	小麦
2 火	ひじきのコーンご飯 鶏ささみと野菜のおかか煮 チンゲン菜のお豆腐ごまサラダ みそ汁(さつまいも・花ふ)	ごま・ごま油・ご飯・さつまいも・花ふ・砂糖・片栗粉・油	花かつお・鶏肉・豆腐・味噌	コーン・チンゲン菜・なす・ひじき・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	291 kcal 14.6 g 5.9 g 47.5 g 0.8 g	小麦	393 kcal 19.7 g 8.0 g 64.1 g 1.1 g	小麦
3 水	ご飯 白糸タラのムニエル 小松菜と豚肉の炒り煮 みそ汁(油揚げ・万能ねぎ) フルーツ(メロン)	ご飯・バター・砂糖・小麦粉・油	シロイトタラ・豚肉・味噌・油揚げ	メロン・玉ねぎ・小松菜・人参・水菜・万能ねぎ	酒・出し汁・醤油・精製塩	279 kcal 13.2 g 8.9 g 38.2 g 0.5 g	乳・小麦	377 kcal 17.8 g 12.0 g 51.6 g 0.7 g	乳・小麦
4 木	夏野菜カレー 白菜とインゲンのサラダ スープ(大根・人参) フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・油	鶏肉	インゲン・オレンジ汁・かぼちゃ・パプリカ・パプリカ・赤・玉ねぎ・大根・白菜	SBカレーの王子さま顆粒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	283 kcal 8.8 g 7.7 g 47.8 g 1.1 g	小麦	382 kcal 11.9 g 10.4 g 64.5 g 1.5 g	小麦
5 金	七夕そうめん なすと玉ねぎの味噌ぞぼろ じゃが芋の煮物 フルーツ(バナナ)	じゃが芋・ソーメン・砂糖・片栗粉・油	ツナフレーク缶・鶏肉・味噌	オクラ・コーン・トマト・なす・バナナ・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	247 kcal 9.7 g 5.6 g 40.4 g 0.9 g	小麦	333 kcal 13.1 g 7.6 g 54.5 g 1.2 g	小麦
6 土	ご飯 鶏肉のケチャップソース 3色サラダ スープ(ごぼう・長ねぎ)	ご飯・砂糖・小麦粉・油	鶏肉	ごぼう・チンゲン菜・パプリカ・玉ねぎ・人参・大根・長ねぎ	ウスターソース・ケチャップ・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	242 kcal 8.1 g 7.1 g 38.9 g 0.7 g	小麦	327 kcal 10.9 g 9.6 g 52.5 g 0.9 g	小麦
7 日	ご飯 豚肉とかぼちゃのみそ炒め 炒り粉豆腐 ずまし汁(玉ねぎ・ワカメ)	ご飯・砂糖・油	豚肉・粉豆腐・味噌	かぼちゃ・グリーンピース・ワカメ・玉ねぎ・人参・白菜	酒・出し汁・醤油・水・精製塩	289 kcal 12.6 g 9.1 g 41.9 g 0.9 g	小麦	390 kcal 17.0 g 12.3 g 56.6 g 1.2 g	小麦
8 月	ご飯 助衆タラの煮付け 野菜と鶏肉のコーン炒め みそ汁(大根・豆腐) フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・油	ステーキ肉・鶏肉・豆腐・味噌	オレンジ汁・コーン・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	241 kcal 12.1 g 4.0 g 40.7 g 0.7 g	小麦	325 kcal 16.3 g 5.4 g 54.9 g 0.9 g	小麦
9 火	ソース焼きうどん さつまいものツナサラダ みそ汁(ごぼう・長ねぎ)	うどん・ごま油・さつまいも・砂糖・油	ツナフレーク缶・鶏肉・味噌	あおさ粉・キャベツ・ごぼう・玉ねぎ・人参・長ねぎ	ウスターソース・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	276 kcal 11.4 g 8.7 g 38.5 g 1.2 g	小麦	373 kcal 15.4 g 11.7 g 52.0 g 1.6 g	小麦
10 水	ご飯 チキンと夏野菜のトマト煮 もやしとオクラのサラダ スープ(チンゲン菜・人参)	ご飯・砂糖・油	鶏肉	オクラ・カットトマト・パプリカ・スナップエンドウ・チンゲン菜・パプリカ・もやし・玉ねぎ・人参	ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	261 kcal 10.3 g 8.4 g 37.9 g 0.7 g	小麦	352 kcal 13.9 g 11.3 g 51.2 g 0.9 g	小麦
11 木	ご飯 カラスカレイのごま衣焼き 白菜の油揚げのぞぼろ煮 みそ汁(玉ねぎ・焼ふ) フルーツ(オレンジ)	ごま・ごま油・砂糖・小麦粉・焼ふ・片栗粉・油	カラスカレイ・豚肉・味噌・油揚げ	オレンジ汁・ほうれん草・玉ねぎ・人参・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	315 kcal 11.6 g 11.9 g 42.8 g 0.7 g	小麦	425 kcal 15.7 g 16.1 g 57.8 g 0.9 g	小麦
12 金	鶏肉の甘辛丼 かぼちゃときゅうりのサラダ みそ汁(なす・えのき豆)	ごま油・ごま・砂糖・油	鶏肉・味噌	えのき豆・かぼちゃ・きゅうり・なす・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	262 kcal 8.9 g 7.2 g 43.6 g 0.7 g	小麦	354 kcal 12.0 g 9.7 g 58.9 g 0.9 g	小麦
13 土	ご飯 鶏肉の中華炒め 白菜のツナマヨサラダ みそ汁(玉ねぎ・インゲン)	ごま・ごま油・ご飯・マヨネーズ・砂糖	ツナフレーク缶・鶏肉・味噌	インゲン・パプリカ・玉ねぎ・小松菜・人参・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	270 kcal 10.0 g 10.7 g 35.9 g 0.8 g	卵・小麦	365 kcal 13.5 g 14.4 g 48.5 g 1.1 g	卵・小麦
14 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	ごま・じゃが芋・マヨネーズ・砂糖・油	豚肉	グリピース・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
15 月	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

※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	16.6	10.8	58.3	1.1
1～2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	285	12.3	8.0	43.2	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 7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	ひじきのコンご飯 鶏ささみと野菜のおかか煮 チンゲン菜のお豆腐ごまサラダ みそ汁(さつま芋・花ふ)	ごま・ごま油・ご 飯・さつま芋・花 ふ・砂糖・片栗粉・ 油	花かつお・鶏肉・豆 腐・味噌	コーン・チンゲン 菜・なす・ひじき・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・ 酢・精製塩	292 kcal 14.7 g 5.9 g 47.6 g 0.8 g	小麦	394 kcal 19.8 g 8.0 g 64.3 g 1.1 g	小麦
17 水	ご飯 白糸タラのムニエル 小松菜と豚肉の炒り煮 みそ汁(油揚げ・万能ねぎ) アップルゼリー	ご飯・バター・砂 糖・小麦粉・油	シロイトタラ・豚 肉・味噌・油揚げ	りんごジュース・毒 天・玉ねぎ・小松 菜・人参・水菜・万 能ねぎ	酒・出し汁・醤油・ 精製塩	291 kcal 13.0 g 9.0 g 41.2 g 0.5 g	乳・小麦	393 kcal 17.6 g 12.2 g 55.6 g 0.7 g	乳・小麦
18 木	夏野菜カレー 白菜とインゴットのサラダ スープ(大根・人参) フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・油	鶏肉	インゲン・オレンジ ジュース・かぼちゃ・パ プリカ黄・パプリカ 赤・玉ねぎ・人参・ 大根・白菜	S&Bカレーの玉子さ ま顆粒・出し汁・醤 油・酢・水・精製塩	283 kcal 8.8 g 7.7 g 47.8 g 1.1 g	小麦	382 kcal 11.9 g 10.4 g 64.5 g 1.5 g	小麦
19 金	盛岡名物じゃじゃ麺風 キャベツと油揚げの炒め物 すまし汁(なす・じゃが芋) フルーツ(バナナ)	うどん・ごま油・ じゃが芋・砂糖・片 栗粉	鶏肉・味噌・油揚げ	キャベツ・きゅう り・なす・バナナ・ 玉ねぎ・人参・主菜	酒・出し汁・醤油・ 精製塩	254 kcal 10.7 g 9.3 g 33.5 g 1.0 g	小麦	343 kcal 14.4 g 12.6 g 45.2 g 1.4 g	小麦
20 土	ご飯 鶏肉のグチャップソース 3色サラダ スープ(ごぼう・長ねぎ)	ご飯・砂糖・小麦 粉・油	鶏肉	ごぼう・チンゲン 菜・パプリカ黄・玉 ねぎ・人参・大根・ 長ねぎ	ウスターソース・ケ チャップ・出し汁・ 醤油・酢・水・精製 塩	242 kcal 8.1 g 7.1 g 38.9 g 0.7 g	小麦	327 kcal 10.9 g 9.6 g 52.5 g 0.9 g	小麦
21 日	ご飯 豚肉とかぼちゃのみそ炒め 炒り粉豆腐 すまし汁(玉ねぎ・ワカメ)	ご飯・砂糖・油	豚肉・粉豆腐・味噌	かぼちゃ・グリン ピース・ワカメ・玉 ねぎ・人参・白菜	酒・出し汁・醤油・ 水・精製塩	289 kcal 12.6 g 9.1 g 41.9 g 0.9 g	小麦	390 kcal 17.0 g 12.3 g 56.6 g 1.2 g	小麦
22 月	ご飯 助寮タラの煮付け 野菜と鶏肉のコン炒め みそ汁(大根・豆腐) フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・油	ステーキタラ・鶏 肉・豆腐・味噌	オレンジ・コーン・ 玉ねぎ・小松菜・人 参・大根	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油	241 kcal 12.1 g 4.0 g 40.7 g 0.7 g	小麦	325 kcal 16.3 g 5.4 g 54.9 g 0.9 g	小麦
23 火	ご飯 ソース焼きうどん さつま芋のツナサラダ みそ汁(ごぼう・長ねぎ)	うどん・ごま油・さ つま芋・砂糖・油	ツナフレーク缶・鶏 肉・味噌	あおさ粉・キャベ ツ・ごぼう・玉葱 ぎ・人参・長ねぎ	ウスターソース・ 酒・出し汁・醤油・ 酢・精製塩	276 kcal 11.4 g 8.7 g 38.5 g 1.2 g	小麦	373 kcal 15.4 g 11.7 g 52.0 g 1.6 g	小麦
24 水	ご飯 チキンと夏野菜のトマト煮 もやしとオクラのサラダ スープ(チンゲン菜・人参)	ご飯・砂糖・油	鶏肉	オクラ・カットマ トバック・スッキ ーニ・チンゲン菜・パ プリカ黄・もやし・ 玉ねぎ・人参	グチャップ・酒・出 し汁・醤油・酢・ 水・精製塩	261 kcal 10.3 g 8.4 g 37.9 g 0.7 g	小麦	352 kcal 13.9 g 11.3 g 51.2 g 0.9 g	小麦
25 木	ご飯 カラスカレイのごま衣焼き 白菜の油揚げのそぼろ煮 みそ汁(玉ねぎ・焼ふ) フルーツ(オレンジ)	ごま・ご飯・砂糖・ 小麦粉・焼ふ・片栗 粉・油	カラスカレイ・豚 肉・味噌・油揚げ	オレンジ・ほうれん 草・玉ねぎ・人参・ 白菜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・ 水	315 kcal 11.6 g 11.9 g 42.8 g 0.7 g	小麦	425 kcal 15.7 g 16.1 g 57.8 g 0.9 g	小麦
26 金	ご飯 鶏肉の甘辛丼 かぼちゃときゅうりのサラダ みそ汁(なす・えのき豆)	ごま油・ご飯・砂 糖・油	鶏肉・味噌	えのき豆・かぼ ちゃ・きゅうり・な す・玉ねぎ・人参・ 万能ねぎ	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・ 酢・水・精製塩	262 kcal 8.9 g 7.2 g 43.6 g 0.7 g	小麦	354 kcal 12.0 g 9.7 g 58.9 g 0.9 g	小麦
27 土	ご飯 鶏肉の中華炒め 白菜のツナマヨサラダ みそ汁(玉ねぎ・インゲン)	ごま・ごま油・ご 飯・マヨネーズ・砂 糖	ツナフレーク缶・鶏 肉・味噌	インゲン・パプリ カ黄・玉ねぎ・小松 菜・人参・白菜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・ 精製塩	270 kcal 10.0 g 10.7 g 35.9 g 0.8 g	卵・小麦	365 kcal 13.5 g 14.4 g 48.5 g 1.1 g	卵・小麦
28 日	ご飯 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・毒天・玉ねぎ・ 人参・大根	S&Bハヤシの玉子さ 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
29 月	ご飯 鮭の磯風味焼き 切干大根と挽肉のとうもろ煮 みそ汁(玉ねぎ・キャベツ) フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・小麦 粉・片栗粉・油	鮭・豚肉・味噌	あおさ粉・オレンジ ジュース・キャベツ・玉 ねぎ・小松菜・人参・ 切干大根	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・ 水	297 kcal 14.7 g 7.5 g 45.1 g 0.6 g	小麦	401 kcal 19.8 g 10.1 g 60.9 g 0.8 g	小麦
30 火	ひじきのコンご飯 鶏ささみと野菜のおかか煮 チンゲン菜のお豆腐ごまサラダ みそ汁(さつま芋・花ふ)	ごま・ごま油・ご 飯・さつま芋・花 ふ・砂糖・片栗粉・ 油	花かつお・鶏肉・豆 腐・味噌	コーン・チンゲン 菜・なす・ひじき・ 玉ねぎ・人参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油・ 酢・精製塩	291 kcal 14.6 g 5.9 g 47.5 g 0.8 g	小麦	393 kcal 19.7 g 8.0 g 64.1 g 1.1 g	小麦
31 水	ご飯 白糸タラのムニエル 小松菜と豚肉の炒り煮 みそ汁(油揚げ・万能ねぎ) フルーツ(バナナ)	ご飯・バター・砂 糖・小麦粉・油	シロイトタラ・豚 肉・味噌・油揚げ	バナナ・玉ねぎ・小 松菜・人参・水菜・ 万能ねぎ	酒・出し汁・醤油・ 精製塩	282 kcal 13.1 g 8.9 g 39.0 g 0.5 g	乳・小麦	381 kcal 17.7 g 12.0 g 52.7 g 0.7 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	16.6	10.8	58.3	1.1
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	285	12.3	8.0	43.2	0.8

