

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 8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	ご飯 鶏肉のみそ漬け炒め 夏野菜の和風和え ずまし汁(チンゲン菜・ソーメン)	ご飯・ソーメン・砂糖・油	鶏肉・味噌	インゲン・かぼちゃ・キャベツ・チンゲン菜・パプリカ黄・ピーマン・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	288 kcal 11.2 g 7.8 g 47.0 g 0.8 g	小麦	389 kcal 15.1 g 10.5 g 63.5 g 1.1 g	小麦
2 金	ご飯 白糸タラのから揚げ 小松菜と豚肉のとうもろ煮 みそ汁(もやし・万能ねぎ) フルーツ(バナナ)	ご飯・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	シロイトタラ・豚肉・味噌	グリーンアスパラ・バナナ・もやし・玉ねぎ・小松菜・人参・万能ねぎ	酒・出し汁・醤油・精製塩	280 kcal 12.9 g 7.6 g 41.5 g 0.6 g	小麦	378 kcal 17.4 g 10.3 g 56.0 g 0.8 g	小麦
3 土	鉄分強化!ふりかけご飯 鶏肉のグチャップ炒め ツナ炒り粉豆腐 みそ汁(大根・油揚げ)	ご飯・砂糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・鶏肉・粉豆腐・味噌・油揚げ	グリーンピース・コーン・ピーマン・玉ねぎ・人参・大根	ウスターソース・ケチャップ・ふりかけ・出し汁・醤油・水	317 kcal 13.6 g 11.9 g 40.8 g 1.0 g	小麦	428 kcal 18.4 g 16.1 g 55.1 g 1.4 g	小麦
4 日	ご飯 豚肉の夏野菜炒め 小松菜のマヨ醤油サラダ みそ汁(さつまいも・キヌサヤ)	ご飯・さつまいも・マヨネーズ・砂糖・油	豚肉・味噌	キヌサヤ・なす・パプリカ赤・玉ねぎ・小松菜・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	268 kcal 9.7 g 8.7 g 40.1 g 0.6 g	卵・小麦	362 kcal 13.1 g 11.7 g 54.1 g 0.8 g	卵・小麦
5 月	豚肉のとうもろ煮 大根のしらすサラダ みそ汁(チンゲン菜・焼ふ)	ごま油・ご飯・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	しらす干し・豚肉・味噌	キャベツ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	269 kcal 10.7 g 8.4 g 39.7 g 0.8 g	小麦	363 kcal 14.4 g 11.3 g 53.6 g 1.1 g	小麦
6 火	ご飯 カラスカレイのココロ焼き ほうれん草と鶏肉のくたくた煮 スープ(人参・ごぼう) フルーツ(オレンジ)	ご飯・じゃが芋・砂糖・片栗粉・油	カラスカレイ・鶏肉	オレンジ・ごぼう・ほうれん草・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・出し汁・醤油・水・精製塩	285 kcal 10.9 g 8.2 g 45.2 g 0.7 g	小麦	385 kcal 14.7 g 11.1 g 61.0 g 0.9 g	小麦
7 水	ごま塩ご飯 とんべい風キャベツ焼き 焼きもちろこし みそ汁(なす・かぼちゃ) フルーツ(バナナ)	ごま・ご飯・小麦粉・油	豚肉・味噌	あおさ粉・かぼちゃ・キャベツ・とうもろこし・なす・バナナ・もやし	ウスターソース・酒・出し汁・醤油・精製塩	330 kcal 12.2 g 8.2 g 54.9 g 0.8 g	小麦	446 kcal 16.5 g 11.1 g 74.1 g 1.1 g	小麦
8 木	鉄分強化!ふりかけご飯 豆腐と鶏肉の煮物 玉ねぎと夏野菜の醤油炒め みそ汁(長ねぎ・油揚げ)	ご飯・砂糖・油	鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ	ズッキーニ・パプリカ黄・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ふりかけ・みりん風調味料・出し汁・醤油・精製塩	281 kcal 11.8 g 9.2 g 39.9 g 0.7 g	小麦	379 kcal 15.9 g 12.4 g 53.9 g 0.9 g	小麦
9 金	ホークカレーライス きゅうりとひじきのツナサラダ スープ(ほうれん草・コーン) フルーツ(オレンジ)	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・油	ツナフレーク缶・豚肉	ズッキーニ・きゅうり・コーン・ひじき・ほうれん草・玉ねぎ・人参	SBカレーの玉子さつま餅・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	311 kcal 11.5 g 9.7 g 47.6 g 1.1 g	小麦	420 kcal 15.5 g 13.1 g 64.3 g 1.5 g	小麦
10 土	ご飯 豆腐と豚肉のみそ煮 切干大根の炒めもの ずまし汁(玉ねぎ・小松菜)	ご飯・砂糖・油	豆腐・豚肉・味噌・油揚げ	キヌサヤ・玉ねぎ・小松菜・人参・切干大根・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	291 kcal 12.6 g 9.8 g 41.0 g 0.7 g	小麦	393 kcal 17.0 g 13.2 g 55.4 g 0.9 g	小麦
11 日	ご飯 豚肉と野菜のうま煮 玉ねぎとズッキーニのコーン炒め みそ汁(じゃが芋・ワカメ)	ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	豚肉・味噌	コーン・ズッキーニ・ワカメ・玉ねぎ・人参・大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	262 kcal 10.3 g 6.1 g 43.7 g 0.7 g	小麦	354 kcal 13.9 g 8.2 g 59.0 g 0.9 g	小麦
12 月	ご飯 鮭の甘辛だれ 豚肉の野菜煮 みそ汁(豆腐・小松菜) フルーツ(パイナップル)	ご飯・砂糖・片栗粉・油	鮭・豆腐・豚肉・味噌	トマト・パイナップル缶・玉ねぎ・小松菜・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	292 kcal 15.6 g 6.9 g 44.2 g 0.6 g	小麦	394 kcal 21.1 g 9.3 g 59.7 g 0.8 g	小麦
13 火	冷やし鶏ソーメン かぼちゃのごまがらめ フルーツ(洋梨缶)	ごま・ごま油・ソーメン・砂糖・小麦粉・油	鶏肉	オクラ・かぼちゃ・ワカメ・人参・洋梨缶	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水	266 kcal 12.5 g 5.3 g 41.9 g 0.8 g	小麦	359 kcal 16.9 g 7.2 g 56.6 g 1.1 g	小麦
14 水	ご飯 豆腐と豚肉のみそ煮 切干大根の炒めもの ずまし汁(玉ねぎ・小松菜)	ご飯・砂糖・油	豆腐・豚肉・味噌・油揚げ	キヌサヤ・玉ねぎ・小松菜・人参・切干大根・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	291 kcal 12.6 g 9.8 g 41.0 g 0.7 g	小麦	393 kcal 17.0 g 13.2 g 55.4 g 0.9 g	小麦
15 木	ご飯 鶏肉のみそ漬け炒め 夏野菜の和風和え ずまし汁(チンゲン菜・ソーメン)	ご飯・ソーメン・砂糖・油	鶏肉・味噌	インゲン・かぼちゃ・キャベツ・チンゲン菜・ピーマン・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	292 kcal 11.3 g 7.8 g 46.0 g 0.8 g	小麦	394 kcal 15.3 g 10.5 g 62.1 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	387	16.8	10.7	59.1	1.0
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	286	12.4	7.9	43.8	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 8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 鶏肉の玉ねぎソース ほうれん草のおかか炒め みそ汁 (豆腐・ワカメ)	ごま油・ご飯・砂糖・油	花かつお・鶏肉・豆腐・味噌	トマト・ほうれん草・ワカメ・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・出し汁・醤油・酢	277 kcal 12.6 g 10.6 g 35.6 g 0.8 g	小麦	374 kcal 17.0 g 14.3 g 48.1 g 1.1 g	小麦
17 土	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉のケチャップ炒め ツナ炒り粉豆腐 みそ汁 (大根・油揚げ)	ご飯・砂糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・鶏肉・粉豆腐・味噌・油揚げ	グリーンピース・コーン・ピーマン・玉ねぎ・人参・大根	ウスターソース・ケチャップ・ふりかけ・出し汁・醤油・水	319 kcal 13.7 g 11.9 g 40.9 g 1.0 g	小麦	431 kcal 18.5 g 16.1 g 55.2 g 1.4 g	小麦
18 日	ご飯 豚肉の夏野菜炒め 小松菜のマヨ醤油サラダ みそ汁 (さつま芋・キヌサヤ)	ご飯・さつま芋・マヨネーズ・砂糖・油	豚肉・味噌	キヌサヤ・なす・玉ねぎ・小松菜・人参・赤ピーマン	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	270 kcal 9.7 g 8.6 g 40.3 g 0.6 g	卵・小麦	365 kcal 13.1 g 11.6 g 54.4 g 0.8 g	卵・小麦
19 月	豚肉のとりみあんかけ丼 大根のしらすサラダ みそ汁 (チンゲン菜・焼ひ)	ごま油・ご飯・砂糖・焼ひ・片栗粉・油	しらす干し・豚肉・味噌	キャベツ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	270 kcal 10.7 g 8.4 g 39.6 g 0.8 g	小麦	365 kcal 14.4 g 11.3 g 53.5 g 1.1 g	小麦
20 火	ご飯 カラスカレイのコロコロ焼き ほうれん草と鶏肉のくたくた煮 スープ (人参・ごぼう) アップルゼリー	ご飯・じゃが芋・砂糖・片栗粉・油	カラスカレイ・鶏肉	ごぼう・ほうれん草・りんご・人参・キヌサヤ・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・出し汁・醤油・水・精製塩	297 kcal 11.0 g 8.3 g 47.8 g 0.7 g	小麦	401 kcal 14.9 g 11.2 g 64.5 g 0.9 g	小麦
21 水	ひまわりライス 大根の煮物 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	ご飯・油・砂糖・片栗粉	鶏もも・油揚げ・味噌	鶏もも・長ねぎ・コーン・きゅうり・大根・人参・玉ねぎ・わかめ・オレンジ	酒・醤油・だし汁・みりん	266 kcal 10.0 g 8.0 g 41.1 g 0.8 g	小麦	360 kcal 14.8 g 7.9 g 56.2 g 10.3 g	小麦
22 木	鉄分強化！ふりかけご飯 豆腐と鶏肉の煮物 玉ねぎと夏野菜の醤油炒め みそ汁 (長ねぎ・油揚げ)	ご飯・砂糖・油	鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ	スッキーニ・パプリカ・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ふりかけ・みりん風調味料・出し汁・醤油・精製塩	281 kcal 11.8 g 9.2 g 39.9 g 0.7 g	小麦	379 kcal 15.9 g 12.4 g 53.9 g 0.9 g	小麦
23 金	ボークカレーライス きゅうりとひじきのツナサラダ スープ (ほうれん草・コーン) フルーツ (オレンジ)	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・油	ツナフレーク缶・豚肉	オレンジ・きゅうり・コーン・ひじき・ほうれん草・玉ねぎ・人参	SBカレーの王子さり・コーン・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	311 kcal 11.5 g 9.7 g 47.6 g 1.1 g	小麦	420 kcal 15.5 g 13.1 g 64.3 g 1.5 g	小麦
24 土	ご飯 豆腐と豚肉のみそ煮 切干大根の炒めもの ずまし汁 (玉ねぎ・小松菜)	ご飯・砂糖・油	豆腐・豚肉・味噌・油揚げ	キヌサヤ・玉ねぎ・小松菜・人参・切干大根・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	291 kcal 12.6 g 9.8 g 41.0 g 0.7 g	小麦	393 kcal 17.0 g 13.2 g 55.4 g 0.9 g	小麦
25 日	ご飯 豚肉と野菜のうま煮 玉ねぎとスッキーニのコーン炒め みそ汁 (じゃが芋・ワカメ)	ご飯・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	豚肉・味噌	コーン・スッキーニ・ワカメ・玉ねぎ・人参・大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	262 kcal 10.3 g 6.1 g 43.7 g 0.7 g	小麦	354 kcal 13.9 g 8.2 g 59.0 g 0.9 g	小麦
26 月	ご飯 鮭の甘辛だれ 豚肉の野菜煮 みそ汁 (豆腐・小松菜) フルーツ (オレンジ)	ご飯・砂糖・片栗粉・油	鮭・豆腐・豚肉・味噌	オレンジ・トマト・玉ねぎ・小松菜・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢	289 kcal 15.7 g 6.9 g 43.1 g 0.6 g	小麦	390 kcal 21.2 g 9.3 g 58.2 g 0.8 g	小麦
27 火	冷やし鶏ソーマン かぼちゃのごまがらめ フルーツ (梨)	ごま・ごま油・ソーマン・砂糖・小麦粉・油	鶏肉	オクラ・かぼちゃ・ワカメ・人参・梨	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水	255 kcal 12.4 g 5.3 g 41.0 g 0.8 g	小麦	344 kcal 16.7 g 7.2 g 55.4 g 1.1 g	小麦
28 水	ご飯 助赤タラの甘酢あんかけ ほうれん草と人参の煮物 具だくさん汁 (豚肉・なす・ごぼう) フルーツ (バナナ)	ご飯・砂糖・片栗粉・油	ステーキタラ・豚肉・味噌	キヌサヤ・ごぼう・なす・バナナ・ほうれん草・玉ねぎ・人参	酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	272 kcal 13.4 g 6.2 g 43.6 g 0.6 g	小麦	367 kcal 18.1 g 8.4 g 58.9 g 0.8 g	小麦
29 木	金魚飯 (岐阜県) 鶏ちゃん焼き (岐阜県) 夏野菜の和風和え ずまし汁 (チンゲン菜・ソーマン) フルーツ (オレンジ)	ごま油・ご飯・ソーマン・砂糖	鶏肉・味噌・油揚げ	インゲン・オレンジ・かぼちゃ・キャベツ・チンゲン菜・ピーマン・玉ねぎ・人参・生姜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	323 kcal 12.7 g 9.2 g 51.1 g 1.0 g	小麦	436 kcal 17.1 g 12.4 g 69.0 g 1.4 g	小麦
30 金	ご飯 白糸タラのから揚げ 小松菜と豚肉のとりみ煮 みそ汁 (もやし・万能ねぎ) フルーツ (バナナ)	ご飯・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	シロイトタラ・豚肉・味噌	グリーンアスパラ・バナナ・もやし・玉ねぎ・小松菜・人参・万能ねぎ	酒・出し汁・醤油・精製塩	280 kcal 12.9 g 7.6 g 41.5 g 0.6 g	小麦	378 kcal 17.4 g 10.3 g 56.0 g 0.8 g	小麦
31 土	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉のケチャップ炒め ツナ炒り粉豆腐 みそ汁 (大根・油揚げ)	ご飯・砂糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・鶏肉・粉豆腐・味噌・油揚げ	グリーンピース・コーン・ピーマン・玉ねぎ・人参・大根	ウスターソース・ケチャップ・ふりかけ・出し汁・醤油・水	317 kcal 13.6 g 11.9 g 40.8 g 1.0 g	小麦	428 kcal 18.4 g 16.1 g 55.1 g 1.4 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			
	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	387	16.8	10.7	59.1	1.0
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	286	12.4	7.9	43.8	0.8

