

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 9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 日	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
2 月	焼きそば フライドポテト 焼きとうもろこし アメリカンドッグ	焼きそば・じゃが芋・ホットケーキミックス	豚肉・花かつお・ウインナー	キャベツ・人参・もやし・コーン	ソース・醤油・酒・ケチャップ・油・精製塩	284 kcal 39.9 g 9.8 g 16.2 g 1.2 g	小麦・乳	384 kcal 19.7 g 13.3 g 55.1 g 1.5 g	小麦・乳
3 火	カレーライス 大根ときゅうりのごまサラダ スープ (ほうれん草・しめじ) フルーツ (オレンジ)	ごま・ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・油	豚肉	オレンジ・きゅうり・しめじ・ほうれん草・玉ねぎ・人参・大根	S日カレーの玉子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	298 kcal 10.2 g 8.9 g 47.5 g 1.0 g	小麦	402 kcal 13.8 g 12.0 g 64.1 g 1.4 g	小麦
4 水	鉄分強化！ふりかけご飯 白糸タラの蒲焼風 鶏肉と白菜の煮物 みそ汁 (さつま芋・なす) フルーツ (バナナ)	ご飯・さつま芋・砂糖・片栗粉・油	しろいタラ・鶏肉・味噌	トマト・なす・バナナ・人参・白菜	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	265 kcal 11.8 g 4.9 g 44.9 g 0.7 g	小麦	358 kcal 15.9 g 6.6 g 60.6 g 0.9 g	小麦
5 木	ご飯 鶏肉と生姜のさっぱり煮 チンゲン菜と人参のしらす和え みそ汁 (ごぼう・油揚げ)	ご飯・砂糖・油	しらす干し・鶏肉・味噌・油揚げ	ごぼう・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・水菜・生姜	酒・出し汁・醤油・酢	266 kcal 12.0 g 8.6 g 37.3 g 0.9 g	小麦	359 kcal 16.2 g 11.6 g 50.4 g 1.2 g	小麦
6 金	さつま芋おにぎり 豚肉ときこのみそ炒め きゅうりとキャベツのサラダ フルーツ (りんご)	ごま・ご飯・さつま芋・砂糖・油	豚肉・味噌	キャベツ・きゅうり・コーン・しめじ・りんご・人参・舞茸	酒・醤油・酢・水・精製塩	283 kcal 9.8 g 8.2 g 46.0 g 0.5 g	小麦	382 kcal 13.2 g 11.1 g 62.1 g 0.7 g	小麦
7 土	鉄分強化！ふりかけご飯 豚肉とほうれん草の甘辛炒め お麩の煮物 みそ汁 (じゃが芋・油揚げ)	ご飯・じゃが芋・砂糖・焼酎・油	豚肉・味噌・油揚げ	イソゲン・ほうれん草・玉ねぎ・人参	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	262 kcal 11.6 g 7.8 g 39.1 g 0.7 g	小麦	354 kcal 15.7 g 10.5 g 52.8 g 0.9 g	小麦
8 日	スパゲッティミートソース コーンポテトサラダ スープ (白菜・人参)	じゃが芋・スパゲッティ・バター・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・油	豚肉	グリーンピース・コーン・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・水・精製塩	281 kcal 11.2 g 9.7 g 38.6 g 0.9 g	乳・卵・小麦	379 kcal 15.1 g 13.1 g 52.1 g 1.2 g	乳・卵・小麦
9 月	肉みそ和えうどん 小松菜の信田煮 ずまし汁 (かぼちゃ・ごぼう)	うどん・砂糖・片栗粉・油	豚肉・味噌・油揚げ	かぼちゃ・ごぼう・スツニ・なす・玉ねぎ・小松菜・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	263 kcal 11.6 g 9.3 g 33.5 g 1.0 g	小麦	355 kcal 15.7 g 12.6 g 45.2 g 1.4 g	小麦
10 火	鶏ささみの甘辛丼 豆乳ポテトサラダ みそ汁 (ほうれん草・花ふ)	ご飯・じゃが芋・花ふ・砂糖・小麦粉・油	鶏肉・豆乳・味噌	ハブリカ赤・ほうれん草・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	246 kcal 11.8 g 2.4 g 47.5 g 0.6 g	小麦	332 kcal 15.9 g 3.2 g 64.1 g 0.8 g	小麦
11 水	ご飯 カラスカレイの磯パン粉焼き 切干大根の煮物 みそ汁 (玉ねぎ・油揚げ) フルーツ (バナナ)	ご飯・パン粉・砂糖・小麦粉・油	カラスカレイ・豚肉・味噌・油揚げ	あおさ粉・キャベツ・バナナ・玉ねぎ・人参・切干大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	320 kcal 12.8 g 10.7 g 45.6 g 0.5 g	小麦	432 kcal 17.3 g 14.4 g 61.6 g 0.7 g	小麦
12 木	納豆ごはん 鶏肉とチンゲン菜の中華炒め かぼちゃのコーンサラダ みそ汁 (白菜・焼酎)	ごま油・ご飯・砂糖・焼酎・油	鶏肉・納豆・味噌	かぼちゃ・コーン・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	302 kcal 12.1 g 9.0 g 47.0 g 0.8 g	小麦	408 kcal 16.3 g 12.2 g 63.5 g 1.1 g	小麦
13 金	ご飯 さつま芋コロッケ 小松菜と人参のサラダ 具だくさん汁 (豚肉・豆腐・キャベツ)	ごま油・ご飯・さつま芋・パン粉・砂糖・小麦粉・油	豆腐・豚肉・味噌	キャベツ・トマト・玉ねぎ・小松菜・人参	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	377 kcal 10.8 g 12.4 g 59.4 g 0.5 g	小麦	509 kcal 14.6 g 16.7 g 80.2 g 0.7 g	小麦
14 土	ご飯 豚肉と野菜の生姜炒め 白菜のコーンサラダ みそ汁 (チンゲン菜・なす)	ご飯・砂糖・油	豚肉・味噌	コーン・チンゲン菜・なす・玉ねぎ・人参・生姜・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	257 kcal 9.7 g 7.5 g 39.9 g 0.6 g	小麦	347 kcal 13.1 g 10.1 g 53.9 g 0.8 g	小麦
15 日	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

※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/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	11.1	58.3	1.0
1~2 歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	285	12.0	8.2	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 9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 月	なすのナポリタン チンゲン菜のツナ和え スープ (人参・長ねぎ)	スパゲッティ・砂糖・油	ツナフレーク缶・鶏肉	コーン・チンゲン菜・なす・玉ねぎ・人参・長ねぎ	ウスターソース・ケチャップ・出し汁・醤油・精製塩	254 kcal 11.4 g 9.4 g 32.4 g 0.9 g	小麦	343 kcal 15.4 g 12.7 g 43.7 g 1.2 g	小麦
17 火	お月見カレーライス 大根ときゅうりのごまサラダ スープ (ほうれん草・あなしめじ) アップルゼリー	ごま・ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・油	豚肉	インゲン・きゅうり・あなしめじ・ほうれん草・りんご・ブロッコリー・人参・玉ねぎ・人参・大根	SBカレーの王子さま顆粒・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	313 kcal 10.4 g 9.1 g 51.0 g 1.1 g	小麦	423 kcal 14.0 g 12.3 g 68.9 g 1.5 g	小麦
18 水	鉄分強化！ふりかけご飯 白糸タラの蒲焼風 鶏肉と白菜の煮物 みそ汁 (さつま芋・なす) フルーツ (オレンジ)	ご飯・さつま芋・砂糖・片栗粉・油	ソノイトタラ・鶏肉・味噌	オレンジ・トマト・なす・人参・白菜	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	264 kcal 11.9 g 4.9 g 44.6 g 0.7 g	小麦	356 kcal 16.1 g 6.6 g 60.2 g 0.9 g	小麦
19 木	ご飯 鶏肉と生姜のさっぱり煮 チンゲン菜と人参のしらす和え みそ汁 (ごぼう・油揚げ)	ご飯・砂糖・油	しらす干し・鶏肉・味噌・油揚げ	ごぼう・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・水菜・生姜	酒・出し汁・醤油・酢	266 kcal 12.0 g 8.6 g 37.3 g 0.9 g	小麦	359 kcal 16.2 g 11.6 g 50.4 g 1.2 g	小麦
20 金	ご飯 豚肉とさつま芋のみそ炒め きゅうりとキャベツのサラダ すまし汁 (ソーメン・しめじ)	ご飯・さつま芋・ソーメン・砂糖・油	豚肉・味噌	キャベツ・きゅうり・コーン・しめじ・人参	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	297 kcal 10.2 g 7.6 g 49.2 g 0.7 g	小麦	401 kcal 13.8 g 10.3 g 66.4 g 0.9 g	小麦
21 土	鉄分強化！ふりかけご飯 豚肉とほうれん草の甘辛炒め お麩の煮物 みそ汁 (じゃが芋・油揚げ)	ご飯・じゃが芋・砂糖・焼酎・油	豚肉・味噌・油揚げ	インゲン・ほうれん草・玉ねぎ・人参	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	262 kcal 11.6 g 7.8 g 39.1 g 0.7 g	小麦	354 kcal 15.7 g 10.5 g 52.8 g 0.9 g	小麦
22 日	スパゲッティミートソース コーンポテトサラダ スープ (白菜・人参)	じゃが芋・スパゲッティ・バター・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・油	豚肉	グリーンピース・コーン・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・水・精製塩	281 kcal 11.2 g 9.7 g 38.6 g 0.9 g	乳・卵・小麦	379 kcal 15.1 g 13.1 g 52.1 g 1.2 g	乳・卵・小麦
23 月	肉みそ和えうどん 小松菜の信田煮 すまし汁 (かぼちゃ・ごぼう)	うどん・砂糖・片栗粉・油	豚肉・味噌・油揚げ	かぼちゃ・ごぼう・ズッキーニ・なす・玉ねぎ・小松菜・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	263 kcal 11.6 g 9.3 g 33.5 g 1.0 g	小麦	355 kcal 15.7 g 12.6 g 45.2 g 1.4 g	小麦
24 火	鶏ささみの甘辛丼 豆乳ポテトサラダ みそ汁 (ほうれん草・花ふ)	ご飯・じゃが芋・花ふ・砂糖・小麦粉・油	鶏肉・豆乳・味噌	ほうれん草・玉ねぎ・人参・青ねぎ・赤ピーマン	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	249 kcal 12.0 g 2.5 g 47.6 g 0.6 g	小麦	336 kcal 16.2 g 3.4 g 64.3 g 0.8 g	小麦
25 水	ご飯 カラスカレイの磯パン粉焼き 切干大根の煮物 みそ汁 (玉ねぎ・油揚げ) アップルゼリー	ご飯・パン粉・砂糖・小麦粉・油	カラスカレイ・豚肉・味噌・油揚げ	あおさ粉・キャベツ・りんご・ブロッコリー・人参・切干大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	329 kcal 12.7 g 10.8 g 47.8 g 0.5 g	小麦	444 kcal 17.1 g 14.6 g 64.5 g 0.7 g	小麦
26 木	納豆ごはん 鶏肉とチンゲン菜の中華炒め かぼちゃのコーンサラダ みそ汁 (白菜・焼酎)	ごま油・ご飯・砂糖・焼酎・油	鶏肉・納豆・味噌	かぼちゃ・コーン・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	302 kcal 12.1 g 9.0 g 47.0 g 0.8 g	小麦	408 kcal 16.3 g 12.2 g 63.5 g 1.1 g	小麦
27 金	ご飯 さつま芋コロケ 小松菜と人参のサラダ 具たくさん汁 (豚肉・豆腐・キャベツ)	ごま油・ご飯・さつま芋・パン粉・砂糖・小麦粉・油	豆腐・豚肉・味噌	キャベツ・トマト・玉ねぎ・小松菜・人参	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	377 kcal 10.8 g 12.4 g 59.4 g 0.5 g	小麦	509 kcal 14.6 g 16.2 g 80.2 g 0.7 g	小麦
28 土	ご飯 豚肉と野菜の生姜炒め 白菜のコーンサラダ みそ汁 (チンゲン菜・なす)	ご飯・砂糖・油	豚肉・味噌	コーン・チンゲン菜・なす・玉ねぎ・人参・生姜・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	257 kcal 9.7 g 7.5 g 39.9 g 0.6 g	小麦	347 kcal 13.1 g 10.1 g 53.9 g 0.8 g	小麦
29 日	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
30 月	リスさんご飯 鶏のから揚げ&みのりポテト 白菜のコーン炒め みそ汁	ご飯・片栗粉・小麦粉・油・味噌・花ふ	花かつお・鶏肉	人参・しょうが・じゃが芋・白菜・コーン・玉ねぎ	上白糖・醤油・だし汁・みりん・精製塩・ケチャップ	335 kcal 11.6 g 11.2 g 49.2 g 0.9 g	小麦	433 kcal 15.1 g 14.7 g 22.7 g 1.2 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	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分
3～5歳	390/16.1	1108/57.0	385	16.2	11.1	58.3
1～2歳	285/11.8	79/41.7	285	12.0	8.2	43.2



ママサポ・テラス