

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	
		熱や力になる 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 鉄分強化！ふりかけご飯 豚肉と小松菜の炒め物 白菜のみそ煮 ずまし汁(大根・ソーメン)	ごま油・ご飯・ ソーメン・砂糖・ 油	豚肉・味噌・油揚 げ	玉ねぎ・小松菜・ 人参・大根・白菜	ふりかけ・酒・出 し汁・醤油・精製 塩	292 kcal 11.2 g 10.4 g 40.1 g 0.8 g	小麦	394 kcal 15.1 g 14.0 g 54.1 g 1.1 g	小麦
2	金 ご飯 鶏肉の照り焼き 根菜炒りおから みそ汁(玉ねぎ・なす)	ご飯・砂糖・片栗 粉・油	おから・鶏肉・味 噌	ごぼう・なす・ほ うれん草・玉ね ぎ・人参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油	282 kcal 11.5 g 9.2 g 41.9 g 0.8 g	小麦	381 kcal 15.5 g 12.4 g 56.6 g 1.1 g	小麦
3	土 ご飯 豚肉とチンゲン菜の炒め物 ほうれん草のおかか和え	ご飯・油	豚肉・かつお節	チンゲン菜・ほう れん草・コーン	醤油・精製塩	332 kcal 8.4 g 4.5 g 61.5 g 0.3 g	小麦	378 kcal 12.0 g 7.6 g 76.4 g 0.5 g	小麦
4	日 ご飯 鶏肉の照り焼き ほうれん草のごま和え	ご飯・砂糖・油・ ごま	鶏肉	ほうれん草・コー ン	みりん風調味料・ 醤油	339 kcal 10.3 g 3.9 g 62.7 g 0.3 g	小麦	430 kcal 14.9 g 7.2 g 77.7 g 0.5 g	小麦
5	月 ご飯 豆腐とさつま芋のみそ煮 野菜の甘辛そぼろ炒め ずまし汁(花ふ・ワカメ)	ご飯・さつま芋・ 花ふ・砂糖・片栗 粉・油	鶏肉・豆腐・味噌	スナップエンドウ・ チンゲン菜・ワ カメ・玉ねぎ・ 人参	みりん風調味料・ 出し汁・醤油・精 製塩	296 kcal 11.1 g 7.5 g 49.0 g 0.7 g	小麦	400 kcal 15.0 g 10.1 g 66.2 g 0.9 g	小麦
6	火 豚肉と野菜のマヨ醤油炒め丼 ひじきのコーン煮 みそ汁(玉ねぎ・なす)	ご飯・マヨネー ズ・砂糖・油	豚肉・味噌	コーン・なす・ひ じき・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	277 kcal 10.1 g 10.4 g 38.7 g 0.7 g	卵・小麦	374 kcal 13.6 g 14.0 g 52.2 g 0.9 g	卵・小麦
7	水 豚肉と野菜のわかめうどん かぼちゃのパン粉焼き アップルゼリー	うどん・パン粉・ 砂糖・油	豚肉	かぼちゃ・キャバ ツ・パセリ粉・ゆ めぎそう粉・ワ カメ・寒天・人参	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・精製塩	279 kcal 10.8 g 7.8 g 41.4 g 1.0 g	小麦	377 kcal 14.6 g 10.5 g 55.9 g 1.4 g	小麦
8	木 ご飯 高野豆腐の肉野菜あんかけ 白菜と人参のサラダ みそ汁(さつま芋・ぶなしめじ)	ごま油・ご飯・さ つま芋・砂糖・片 栗粉・油	鶏肉・高野豆腐・ 味噌	ぶなしめじ・玉ね ぎ・人参・大根 菜・白菜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・酢	285 kcal 10.0 g 8.3 g 44.3 g 0.6 g	小麦	385 kcal 13.5 g 11.2 g 59.8 g 0.8 g	小麦
9	金 ご飯 茹で豚のごま味噌だれ 大根と人参の塩田煮 ずまし汁(花ふ・万能ねぎ)	ごま・ご飯・花 ふ・砂糖・片栗粉	豚肉・味噌・油揚 げ	玉ねぎ・小松菜・ 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	260 kcal 10.9 g 7.6 g 38.9 g 0.7 g	小麦	351 kcal 14.7 g 10.3 g 52.5 g 0.9 g	小麦
10	土 ご飯 チキンチャップ ブロッコリーのマヨサラダ	ご飯・油・マヨネー ズ	鶏肉	玉ねぎ・ブロッコ リー・コーン	ケチャップ	342 kcal 10.5 g 4.2 g 62.5 g 0.1 g	乳・小麦	430 kcal 15.6 g 7.5 g 77.4 g 0.3 g	乳・小麦
11	日 ご飯 鶏肉の野菜炒め ブロッコリーのごま和え	ご飯・砂糖・油・ ごま	鶏肉	玉ねぎ・チンゲン 菜・ブロッコ リー・コーン	醤油・精製塩	341 kcal 10.6 g 3.9 g 62.6 g 0.2 g	小麦	430 kcal 15.0 g 7.2 g 77.6 g 0.6 g	小麦
12	月 ご飯 鶏肉とじゃが芋の麻婆炒め風 トマトのコーンサラダ 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	コーン・トマト・ ほうれん草・ワ カメ・玉ねぎ・ 人参・生姜	出し汁・醤油・ 酢・水・精製塩	280 kcal 10.7 g 8.7 g 43.0 g 0.8 g	小麦	378 kcal 14.4 g 11.7 g 58.1 g 1.1 g	小麦
13	火 鮭のバター醤油スナグッチ 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・豆腐)	ごま油・スナグ ッチ・バター・砂 糖・小麦粉	鶏肉・鮭・豆腐	かぼちゃ・キャバ ツ・ひじき・玉ね ぎ・小松菜・人参	酒・出し汁・醤油 ・酢・精製塩	278 kcal 17.3 g 9.0 g 33.7 g 0.9 g	乳・小麦	375 kcal 23.4 g 12.2 g 45.5 g 1.2 g	乳・小麦
14	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	ご飯・油・砂糖・ 小麦粉	味噌	人参・じゃが芋・ キャベツ・トマ ト・玉ねぎ・あ おき粉・ひじき・ ワカメ・片栗粉・ 生姜	だし汁・醤油・ 酒・精製塩	303 kcal 11.1 g 11.6 g 42.7 g 0.8 g	小麦	393 kcal 15.2 g 14.7 g 54.6 g 1.0 g	小麦
15	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	313 kcal 10.8 g 8.5 g 50.8 g 0.5 g	小麦	423 kcal 14.6 g 11.5 g 68.6 g 0.7 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	給与栄養目標値 174kcal・たんぱく質/脂質/炭水化物/塩分	当月平均給与栄養量				
		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	16.0	11.3	58.0	1.0
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	286	11.8	8.4	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	
		熱や力になる 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 白米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	シロイトタラ・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	312 kcal 13.4 g 9.9 g 44.5 g 0.7 g	小麦	421 kcal 18.1 g 13.4 g 60.1 g 0.9 g	小麦
17 土	ご飯 豚肉のみそ焼き チンゲン菜のコーン和え	ご飯・油・砂糖	豚肉・味噌	キャベツ・コー ン・チンゲン菜	みりん風調味料・ 醤油	316 kcal 8.3 g 1.9 g 63.7 g 0.3 g	小麦	406 kcal 12.9 g 5.2 g 75.6 g 0.6 g	小麦
18 日	ご飯 チキンチャップ ブロッコリーのマヨサラダ	ご飯・油・マヨネ ーズ	鶏肉	玉ねぎ・ブロッ コリー・コーン	ケチャップ	342 kcal 10.5 g 4.2 g 62.5 g 0.1 g	乳・小麦	413 kcal 15.1 g 7.5 g 77.5 g 0.3 g	乳・小麦
19 月	鉄分強化!ふりかけご飯 鶏の唐揚げ 切干大根煮 みそ汁(油揚げ・長ねぎ)	ご飯・砂糖・小麦 粉・片栗粉・油	鶏肉・味噌・油揚 げ	トマト・ほうれん 草・玉ねぎ・人 参・生姜・切干大 根・長ねぎ	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油	306 kcal 11.2 g 11.1 g 42.3 g 0.7 g	小麦	413 kcal 15.1 g 15.0 g 57.1 g 0.9 g	小麦
20 火	豚肉と野菜のマヨ醤油炒め丼 ひじきのコーン煮 みそ汁(玉ねぎ・なす)	ご飯・マヨネ ーズ・砂糖・油	豚肉・味噌	コーン・なす・ひ じき・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	276 kcal 10.1 g 10.4 g 38.6 g 0.7 g	卵・小麦	373 kcal 13.6 g 15.0 g 52.1 g 0.9 g	卵・小麦
21 水	おかおにおにぎり 唐揚げ フライドポテト ごぼうサラダ	ご飯・ごま油・小 麦粉・片栗粉・ 油・マヨネーズ	かつお節・鶏肉・	じゃが芋・コー ン・ごぼう・生 姜・長ねぎ・白 菜・人参・パセリ	醤油・みりん風調 味料・酒・上白 糖・酢・出し汁・ 精製塩	251 kcal 8.1 g 9.5 g 36.1 g 0.8 g	小麦	339 kcal 10.9 g 12.8 g 48.7 g 1.1 g	小麦
22 木	ご飯 高野豆腐の肉野菜あんかけ 白菜と人参のサラダ みそ汁(さつまいも・えのき茸)	ごま油・ご飯・さ つまいも・砂糖・片 栗粉・油	鶏肉・高野豆腐・ 味噌	えのき茸・玉ね ぎ・人参・水菜・ 白菜	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・酢	285 kcal 9.9 g 8.3 g 44.5 g 0.6 g	小麦	385 kcal 13.4 g 11.2 g 60.1 g 0.8 g	小麦
23 金	ご飯 豚で豚のごま味噌だれ 大根と人参の唐田煮 ずまし汁(花ふ・青ねぎ)	ごま・ご飯・花 ふ・砂糖・片栗粉	豚肉・味噌・油揚 げ	玉ねぎ・小松菜・ 人参・青ねぎ・大 根	みりん風調味料・ 酒・出し汁・醤油 ・水・精製塩	260 kcal 10.9 g 7.6 g 38.9 g 0.7 g	小麦	351 kcal 14.7 g 12.2 g 52.5 g 0.9 g	小麦
24 土	ご飯 鶏肉の照り焼き ほうれん草のごま和え	ご飯・砂糖・油・ ごま	鶏肉	ほうれん草・コー ン	みりん風調味料・ 醤油	339 kcal 10.3 g 3.9 g 62.7 g 0.3 g	小麦	429 kcal 14.9 g 7.2 g 78.0 g 0.5 g	小麦
25 日	ご飯 豚肉とチンゲン菜の炒め物 ほうれん草のおかか和え	ご飯・油	豚肉・かつお節	チンゲン菜・ほう れん草・コーン	醤油・精製塩	332 kcal 8.4 g 4.5 g 61.5 g 0.3 g	小麦	422 kcal 13.0 g 7.7 g 76.5 g 0.5 g	小麦
26 月	ご飯 鶏肉とじゃが芋の麻婆炒め風 ブロッコリーのコーンサラダ 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	コーン・ブロッ コリー・ほうれん 草・ワカメ・玉ね ぎ・人参・生姜	出し汁・醤油・ 酢・水・精製塩	285 kcal 11.9 g 8.9 g 43.3 g 0.8 g	小麦	385 kcal 16.1 g 12.0 g 58.5 g 1.1 g	小麦
27 火	鮭と香野菜のバター醤油スパゲッティ スナップエンドウのかぼちゃサラダ チキンスープ(鶏肉・豆腐・小松菜)	ごま油・スパゲッ ティ・バター・砂 糖・小麦粉	鶏肉・鮭・豆腐	かぼちゃ・キャベ ツ・グリーンアス パラ・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	290 kcal 17.7 g 9.0 g 36.6 g 0.8 g	乳・小麦	392 kcal 23.9 g 12.2 g 49.4 g 1.1 g	乳・小麦
28 水	ホークカレーライス もやしとパプリカのサラダ スープ(チンゲン菜・インゲン) フルーツ(バナナ)	ごま油・ご飯・ じゃが芋・砂糖・ 油	豚肉	インゲン・チンゲ ン菜・バナナ・パ プリカ赤・もやし ・玉ねぎ・人参	SBカレーの王子 さま顆粒・酒・出 し汁・醤油・酢・ 水・精製塩	287 kcal 10.2 g 7.8 g 47.3 g 1.0 g	小麦	387 kcal 13.8 g 10.5 g 63.9 g 1.4 g	小麦
29 木	ご飯 豆腐のふんわり焼き さつまいもサラダ みそ汁(焼ふ・しめじ)	ご飯・さつまいも・ 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	313 kcal 10.8 g 8.5 g 50.8 g 0.5 g	小麦	423 kcal 14.6 g 11.5 g 68.6 g 0.7 g	小麦
30 金	ご飯 白米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	シロイトタラ・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	312 kcal 13.4 g 9.9 g 44.5 g 0.7 g	小麦	421 kcal 18.1 g 13.4 g 60.1 g 0.9 g	小麦
31 土	ご飯 鶏肉の野菜炒め ブロッコリーのごま和え	ご飯・砂糖・油・ ごま	鶏肉	玉ねぎ・チンゲン 菜・ブロッコ リー・コーン	醤油・精製塩	341 kcal 10.6 g 3.9 g 62.6 g 0.2 g	小麦	431 kcal 15.0 g 12.2 g 78.0 g 0.4 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			
	17g/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	16.0	11.3	58.0	1.0
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	286	11.8	8.4	43.0	0.8

