

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	
			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)
1	月	鶏肉の和豆乳ソースかけスパゲティ なすと人参のさっぱり炒め スープ(キャベツ・ごぼう)	ごま油・スパゲティ・砂糖・米粉・油	花かつお・鶏肉・豆乳・味噌	キャベツ・コーン・ごぼう・チンゲン菜・なす・玉ねぎ・人参	みりん・出し汁・醤油・酢・塩	264 kcal 13.2 g 9.9 g 33.7 g 0.9 g	小麦
2	火	カレーライス 大根のツナサラダ スープ(小松菜・しめじ) 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・しめじ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	SBカレーの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・酢・水・塩	307 kcal 11.2 g 9.6 g 46.8 g 1.1 g	小麦
3	水	鉄分強化!ふりかけご飯 助宗タラの蒲焼風 鶏肉と白菜の煮物 みそ汁(なす・ワカメ) フルーツ(バナナ)	ご飯・砂糖・片栗粉・油	スケソウタラ・鶏肉・味噌	トマト・なす・バナナ・ワカメ・人参・白菜	ふりかけ・みりん・酒・出し汁・醤油・水	253 kcal 12.1 g 4.8 g 41.9 g 0.8 g	小麦
4	木	ご飯 鶏肉のから揚げ チンゲン菜と人参の和え物 みそ汁(花ふ・油揚げ)	ご飯・花ふ・砂糖・米粉・片栗粉・油	鶏肉・味噌・油揚げ	チンゲン菜・玉ねぎ・人参・水菜・生姜	酒・出し汁・醤油・塩	297 kcal 10.8 g 12.0 g 38.1 g 0.6 g	小麦
5	金	さつま芋の黒ごまおにぎり 豚肉ときのこのみそ炒め キャベツのコーンサラダ フルーツ(りんご)	ごま・ご飯・さつま芋・砂糖・油	豚肉・味噌	えのき茸・キャベツ・コーン・りんご・玉ねぎ・人参・舞茸	酒・醤油・酢・水・塩	290 kcal 9.9 g 8.2 g 47.9 g 0.5 g	小麦
6	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・塩	332 kcal 8.4 g 4.5 g 61.5 g 0.3 g	小麦
7	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・醤油	360 kcal 11.1 g 11.3 g 56.2 g 0.9 g	小麦
8	月	肉みそ和えうどん チンゲン菜の信田煮 すまし汁(じゃが芋・ごぼう)	うどん・じゃが芋・砂糖・片栗粉・油	豚肉・味噌・油揚げ	ごぼう・ズッキーニ・チンゲン菜・なす・玉ねぎ・人参	みりん・酒・出し汁・醤油・塩	260 kcal 11.3 g 9.2 g 33.0 g 1.0 g	小麦
9	火	鶏ささみの甘辛丼 切干大根ときゅうりのサラダ みそ汁(花ふ・万能ねぎ)	ご飯・花ふ・砂糖・片栗粉・油	鶏肉・味噌	きゅうり・グリーンピース・パプリカ赤・玉ねぎ・人参・切干大根・万能ねぎ	みりん・酒・出し汁・醤油・酢・水	249 kcal 11.4 g 3.0 g 45.7 g 0.6 g	小麦
10	水	ご飯 鮭の磯風味パン粉焼き 肉じゃが みそ汁(玉ねぎ・油揚げ) フルーツ(バナナ)	ご飯・じゃが芋・パン粉(注)・砂糖・米粉・油	鮭・豚肉・味噌・油揚げ	あおさ粉・キャベツ・バナナ・玉ねぎ・人参	みりん・酒・出し汁・醤油・水・塩	325 kcal 15.6 g 9.8 g 45.6 g 0.6 g	小麦
11	木	ご飯 鶏肉と野菜の中華炒め マカロニサラダ スープ(白菜・ごぼう)	ごま油・ご飯・マカロニミックス・砂糖・油	鶏肉	オクラ・コーン・ごぼう・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・白菜	みりん・酒・出し汁・醤油・酢・塩	274 kcal 9.6 g 7.4 g 44.7 g 0.7 g	小麦
12	金	納豆ごはん さつま芋コロッケ 小松菜と人参のごま和え 豚汁(豚肉・豆腐・インゲン)	ごま・ご飯・さつま芋・パン粉(注)・砂糖・米粉・油	豆腐・豚肉・納豆・味噌	インゲン・トマト・玉ねぎ・小松菜・人参	ウスターソース・酒・出し汁・醤油・水・塩	399 kcal 14.0 g 14.2 g 58.5 g 0.8 g	小麦
13	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・塩	341 kcal 10.6 g 3.9 g 62.6 g 0.2 g	小麦
14	日	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・醤油	316 kcal 8.3 g 1.9 g 63.7 g 0.3 g	小麦
15	月	ご飯 豚肉とかぼちゃのごま煮 白菜のマヨサラダ みそ汁(長ねぎ・油揚げ)	ごま・ご飯・マヨネーズ・砂糖・片栗粉・油	豚肉・味噌・油揚げ	かぼちゃ・人参・赤ピーマン・長ねぎ・白菜	みりん・酒・出し汁・醤油	303 kcal 10.7 g 10.8 g 43.9 g 0.6 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	総与栄養目標量		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		
1~2歳	285	11.8/7.9/41.7/0.8未満	285	11.9	8.3	43.2	0.8



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		
			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)	
16	火	カレーライス 大根のツナサラダ スープ(小松菜・ぶなしめじ) フルーツ(みかん缶)	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・油	ツナフレーク缶・豚肉	ぶなしめじ・みかん缶・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	SBカレーの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・酢・水・塩	310 kcal 11.1 g 9.6 g 47.5 g 1.1 g	小麦	
17	水	鉄分強化!ふりかけご飯 助宗タラの蒲焼風 鶏肉と白菜の煮物 みそ汁(なす・ワカメ) フルーツ(りんご)	ご飯・砂糖・片栗粉・油	スケソウタラ・鶏肉・味噌	トマト・なす・りんご・ワカメ・人参・白菜	ふりかけ・みりん・酒・出し汁・醤油・水	252 kcal 12.0 g 4.9 g 42.2 g 0.8 g	小麦	
18	木	ご飯 鶏肉のから揚げ チンゲン菜と人参の和え物 みそ汁(花ふ・油揚げ)	ご飯・花ふ・砂糖・米粉・片栗粉・油	鶏肉・味噌・油揚げ	チンゲン菜・玉ねぎ・人参・水菜・生姜	酒・出し汁・醤油・塩	297 kcal 10.8 g 12.0 g 38.1 g 0.6 g	小麦	
19	金	ご飯 豚肉とさつまいものみそ炒め キャベツのコーンサラダ すまし汁(ソーメン・舞茸)	ご飯・さつまいも・ソーメン・砂糖・油	豚肉・味噌	キャベツ・コーン・人参・舞茸	酒・出し汁・醤油・酢・水・塩	301 kcal 10.3 g 7.8 g 50.2 g 0.7 g	小麦	
20	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	クチャップ	342 kcal 10.5 g 4.2 g 62.5 g 0.1 g		
21	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・塩	332 kcal 8.4 g 4.5 g 61.5 g 0.3 g	小麦	
22	月	肉みそ和えうどん チンゲン菜の信田煮 すまし汁(じゃが芋・ごぼう)	うどん・じゃが芋・砂糖・片栗粉・油	豚肉・味噌・油揚げ	ごぼう・ズッキーニ・チンゲン菜・なす・玉ねぎ・人参	みりん・酒・出し汁・醤油・塩	260 kcal 11.3 g 9.2 g 33.0 g 1.0 g	小麦	
23	火	鶏ささみの甘辛丼 切干大根ときゅうりのサラダ みそ汁(花ふ・万能ねぎ)	ご飯・花ふ・砂糖・片栗粉・油	鶏肉・味噌	きゅうり・グリーンピース・パプリカ赤・玉ねぎ・人参・切干大根・万能ねぎ	みりん・酒・出し汁・醤油・酢・水	249 kcal 11.4 g 3.0 g 45.7 g 0.6 g	小麦	
24	水	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き風(北海道) いもち風(北海道) すまし汁(玉ねぎ・油揚げ) フルーツ(りんご)	ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・片栗粉・油	鮭・味噌・油揚げ	キャベツ・しめじ・ピーマン・りんご・玉ねぎ・人参	みりん・酒・出し汁・醤油・水・塩	275 kcal 11.3 g 5.5 g 48.7 g 0.7 g	乳成分・小麦	
25	木	ご飯 鶏肉と野菜の中華炒め マカロニサラダ スープ(白菜・ごぼう)	ごま油・ご飯・マカロニミックス・砂糖・油	鶏肉	オクラ・コーン・ごぼう・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・白菜	みりん・酒・出し汁・醤油・酢・塩	274 kcal 9.6 g 7.4 g 44.7 g 0.7 g	小麦	
26	金	ご飯 鶏肉のきのこあん 炒り粉豆腐 みそ汁(キャベツ・焼ふ)	ご飯・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	鶏肉・粉豆腐・味噌・油揚げ	えのき茸・キャベツ・ほうれん草・もやし・人参	みりん・酒・出し汁・醤油・塩	299 kcal 14.0 g 11.9 g 36.2 g 0.8 g	小麦	
27	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・醤油	360 kcal 11.1 g 11.3 g 56.2 g 0.9 g	小麦	
28	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・塩	341 kcal 10.6 g 3.9 g 62.6 g 0.2 g	小麦	
29	月	鶏肉の和豆乳ソースかけスパゲティ なすと人参のさっぱり炒め スープ(キャベツ・ごぼう)	ごま油・スパゲティ・砂糖・米粉・油	花かつお・鶏肉・豆乳・味噌	キャベツ・コーン・ごぼう・チンゲン菜・なす・玉ねぎ・人参	みりん・出し汁・醤油・酢・塩	264 kcal 13.2 g 9.9 g 33.7 g 0.9 g	小麦	
30	火	カレーライス 大根のツナサラダ スープ(小松菜・しめじ) 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・しめじ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	SBカレーの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・酢・水・塩	307 kcal 11.2 g 9.6 g 46.8 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
1~2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	285	11.9	8.3	43.2	0.8



ママサポ・テラス