

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 11月前半

日	曜	幼児食	3色食品群				1～2歳児		
		献立名	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	3色食品群以外の使用食材	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	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	
2	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	
3	月	カレーライス マカロニサラダ スープ（れんこん・白菜） フルーツ（オレンジ）	ご飯・じゃが芋・マカロニミックス・砂糖・油	豚肉	オレンジ・きゅうり・パプリカ赤・れんこん・玉ねぎ・人参・白菜	SBカレーの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・酢・水・塩	319 kcal 10.9 g 8.0 g 53.9 g 1.0 g	小麦	
4	火	ご飯 助宗タラの竜田焼き キャベツと鶏肉の煮物 みそ汁（花ふ・ワカメ） アップルゼリー	ご飯・花ふ・砂糖・片栗粉・油	スケソウタラ・鶏肉・味噌	キャベツ・ほうれん草・りんごジュース・ワカメ・寒天・人参	みりん・出し汁・醤油	260 kcal 12.7 g 4.9 g 43.3 g 0.7 g	小麦	
5	水	けんちんうどん かぼちゃと豚肉のとりみ煮 フルーツ（柿）	うどん・砂糖・片栗粉・油	豆腐・豚肉	かぼちゃ・しめじ・柿・人参・大根・長ねぎ	みりん・酒・出し汁・醤油・塩	247 kcal 9.9 g 6.8 g 37.6 g 0.8 g	小麦	
6	木	ご飯 カラスカレイの甘酢漬け 小松菜のごま和え みそ汁（かぶ・油揚げ） ヨーグルト	ごま・ご飯・砂糖・片栗粉・油	カラスカレイ・ヨーグルト・味噌・油揚げ	かぶ・パプリカ黄・玉ねぎ・小松菜・人参	酒・出し汁・醤油・酢・水	277 kcal 9.4 g 10.0 g 39.7 g 0.7 g	乳成分・小麦	
7	金	ご飯 豆腐と鶏肉のみそ煮 きゅうりとコーンのツナサラダ すまし汁（ほうれん草・ソーメン）	ごま油・ご飯・ソーメン・砂糖・油	ツナフレック缶・鶏肉・豆腐・味噌	きゅうり・コーン・ほうれん草・玉ねぎ・人参・白菜	出し汁・醤油・酢・塩	306 kcal 12.9 g 10.0 g 43.1 g 0.8 g	小麦	
8	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・醤油	316 kcal 8.3 g 1.9 g 63.7 g 0.3 g	小麦	
9	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		
10	月	ご飯 白糸タラのパン粉焼き 玉ねぎの根菜煮 みそ汁（白菜・油揚げ） フルーツ（りんご）	ごま油・ご飯・パン粉（注）・砂糖・米粉・油	シロイトタラ・花かつお・味噌・油揚げ	チンゲン菜・りんご・れんこん・玉ねぎ・人参・白菜	みりん・出し汁・醤油・水・塩	262 kcal 10.0 g 5.9 g 44.7 g 0.5 g	小麦	
11	火	ご飯 豚肉のケチャップがらめ かぶとコーンのサラダ スープ（豆腐・長ねぎ）	ご飯・砂糖・油	豆腐・豚肉	かぶ・コーン・パセリ・玉ねぎ・人参・長ねぎ	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・塩	268 kcal 10.7 g 8.3 g 39.9 g 0.6 g	小麦	
12	水	ご飯 厚揚げと鶏肉のきのこ煮 さつま芋と人参のごまサラダ みそ汁（なす・ごぼう）	ごま・ごま油・ご飯・さつま芋・砂糖・片栗粉・油	鶏肉・厚揚げ・味噌	えのき茸・ごぼう・なす・玉ねぎ・小松菜・人参	酒・出し汁・醤油・酢・塩	331 kcal 14.5 g 9.9 g 49.5 g 0.7 g	小麦	
13	木	三色丼 かぼちゃの甘辛炒め みそ汁（大根・花ふ）	ご飯・花ふ・砂糖・油	豚肉・味噌	かぼちゃ・パプリカ赤・ほうれん草・玉ねぎ・人参・大根	酒・出し汁・醤油・水・塩	269 kcal 10.2 g 7.5 g 43.3 g 0.6 g	小麦	
14	金	鮭ちらし寿司 豚肉とかぶの煮物 みそ汁（ごぼう・油揚げ） ヨーグルト	ご飯・砂糖・油	ヨーグルト・鮭・豚肉・味噌・油揚げ	かぶ・きゅうり・コーン・ごぼう・人参	酒・出し汁・醤油・酢・水・塩	290 kcal 15.9 g 8.1 g 39.9 g 0.7 g	乳成分・小麦	
15	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	

※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				
	エネルギー・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	12.4	7.7	43.8	0.8



ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 11月後半

日 曜	幼児食		3色食品群			3色食品群以外の 使用食材	1～2歳児		
	献立名	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・ 花生・そば・えび・か に)		
16	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 11.1 11.3 56.2 0.9	kcal g g g g	小麦
17	月	カレーライス マカロニサラダ スープ（れんこん・白菜） フルーツ（オレンジ）	ご飯・じゃが芋・マカロ ニミックス・砂糖・油	豚肉	オレンジ・きゅうり・パ プリカ赤・れんこん・玉 ねぎ・人参・白菜	S日カレーの王子さま顆 粒・酒・出し汁・醤油・ 酢・水・塩	319 10.9 8.0 53.9 1.0	kcal g g g g	小麦
18	火	ご飯 助宗タラの竜田焼き キャベツと鶏肉の煮物 みそ汁（花ふ・ワカメ） アップルゼリー	ご飯・花ふ・砂糖・片栗 粉・油	スケソウタラ・鶏肉・味 噌	キャベツ・ほうれん草・ りんごジュース・ワカ メ・寒天・人参	みりん・出し汁・醤油	258 12.4 4.9 43.1 0.7	kcal g g g g	小麦
19	水	けんちんうどん かぼちゃと豚肉のとりみ煮 フルーツ（柿）	うどん・砂糖・片栗粉・ 油	豆腐・豚肉	かぼちゃ・しめじ・柿・ 人参・大根・長ねぎ	みりん・酒・出し汁・醬 油・塩	247 9.9 6.8 37.6 0.8	kcal g g g g	小麦
20	木	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（玉ねぎ・ワカメ）	ご飯・じゃが芋・砂糖・ 米粉・片栗粉・油	花かつお・鶏肉・味噌	あおさ粉・キャベツ・ト マト・ひじき・ワカメ・ 玉ねぎ・人参・生姜	酒・出し汁・醤油・塩	303 11.1 11.6 42.7 0.8	kcal g g g g	小麦
21	金	肉みそどんぐりご飯 キャベツと大根のサラダ すまし汁 フルーツ（りんご）	ご飯・さつま芋・ソーメ ン・片栗粉・ごま油	豚肉	玉ねぎ・人参・レーズ ン・キャベツ・大根・パ プリカ赤・ワカメ・りん ご	酒・油・砂糖・醤油・味 噌・酢・出し汁・塩・水	309 10.1 7.5 53.3 0.8	kcal g g g g	小麦
22	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ccoliリー・コーン	醤油・塩	341 10.6 3.9 62.6 0.2	kcal g g g g	小麦
23	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 8.3 1.9 63.7 0.3	kcal g g g g	小麦
24	月	豚肉の和風スパゲッティ さつま芋のマヨサラダ スープ（人参・ごぼう）	さつま芋・スパゲッ ティ・マヨネーズ・砂 糖・油	豚肉	きゅうり・ごぼう・パブ リカ赤・玉ねぎ・小松 菜・人参	酒・出し汁・醤油・塩	271 11.4 9.9 36.8 0.6	kcal g g g g	小麦
25	火	ご飯 豚肉のケチャップがらめ かぶとコーンのサラダ スープ（豆腐・長ねぎ）	ご飯・砂糖・油	豆腐・豚肉	かぶ・コーン・パセリ 粉・玉ねぎ・人参・長ね ぎ	ウスターソース・ケ チャップ・酒・出し汁・ 醤油・酢・水・塩	270 10.7 8.3 40.1 0.6	kcal g g g g	小麦
26	水	ご飯 厚揚げと鶏肉のきのこ煮 さつま芋と人参のごまサラダ みそ汁（なす・ごぼう）	ごま・ごま油・ご飯・さ つま芋・砂糖・片栗粉・ 油	鶏肉・厚揚げ・味噌	えのき茸・ごぼう・な す・玉ねぎ・小松菜・人 参	酒・出し汁・醤油・酢・ 塩	331 14.5 9.9 49.5 0.7	kcal g g g g	小麦
27	木	三色丼 かぼちゃの甘辛炒め みそ汁（大根・花ふ）	ご飯・花ふ・砂糖・油	豚肉・味噌	かぼちゃ・パプリカ赤・ ほうれん草・玉ねぎ・人 参・大根	酒・出し汁・醤油・水・ 塩	269 10.2 7.5 43.3 0.6	kcal g g g g	小麦
28	金	舞茸ご飯 鮭とキャベツの甘酢バター炒め かぶと豚肉の煮物 みそ汁（ごぼう・油揚げ） フルーツ（バナナ）	ごま油・ご飯・バター・ 砂糖・片栗粉・油	鮭・豚肉・味噌・油揚げ	かぶ・キャベツ・ごぼ う・バナナ・玉ねぎ・人 参・水菜・舞茸	酒・出し汁・醤油・酢・ 塩	292 13.5 7.3 44.7 0.8	kcal g g g g	乳成分・小麦
29	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 10.5 4.2 62.5 0.1	kcal g g g g	
30	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 8.4 4.5 61.5 0.3	kcal g g g 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				
	1kg未満/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	12.4	7.7	43.8	0.8

