

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 2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	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	332kcal 8.4g 4.5g 61.5g 0.3g	小麦
2	月	鉄分強化！ふりかけご飯 カラスカレイのムニエル 大根と人参のおかか煮 みそ汁(じゃが芋・長ねぎ) フルーツ(オレンジ)	ご飯・じゃが芋・バター・砂糖・米粉・油	カラスカレイ・花かつお・味噌	オレンジ・トマト・人参・大根・長ねぎ	ふりかけ・出し汁・醤油・塩	254kcal 7.9g 7.4g 41.5g 0.6g	乳成分・小麦
3	火	鬼さんライス スパッナサラダ みそ汁(インゲン・花ふ) フルーツ(りんご)	ご飯・スパゲッティ・花ふ・砂糖・片栗粉・油	ツナフレーク缶・豚肉・味噌	インゲン・きゅうり・コーン・りんご・レーズン・玉ねぎ・小松菜・人参	ケチャップ・みりん・酒・出し汁・醤油・酢・水・塩	335kcal 11.7g 10.2g 52.1g 0.7g	小麦
4	水	ご飯 白糸タラのねぎ風味焼き かぼちゃと鶏肉のとうろみ煮 みそ汁(もやし・ワカメ) フルーツ(オレンジ)	ご飯・砂糖・米粉・片栗粉・油	シロイトタラ・鶏肉・味噌	オレンジ・かぼちゃ・ブロッコリー・もやし・ワカメ・人参・万能ねぎ	みりん・酒・出し汁・醤油・塩	274kcal 12.8g 6.1g 44.4g 0.7g	小麦
5	木	ご飯 厚揚げと野菜のさっぱり炒め 切干大根ときゅうりの和え物 みそ汁(玉ねぎ・焼ふ)	ご飯・じゃが芋・砂糖・焼ふ・油	厚揚げ・豚肉・味噌	きゅうり・コーン・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・切干大根	酒・出し汁・醤油・酢	289kcal 11.9g 9.2g 43.4g 0.6g	小麦
6	金	ご飯 助宗タラのごま炒め 粉豆腐とキャベツの炒り煮 みそ汁(大根・もやし) フルーツ(バナナ)	ごま・ご飯・砂糖・片栗粉・油	スケソウタラ・粉豆腐・味噌	キャベツ・バナナ・もやし・玉ねぎ・人参・水菜・大根	みりん・出し汁・醤油	270kcal 11.9g 6.7g 42.4g 0.8g	小麦
7	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	360kcal 11.1g 11.3g 56.2g 0.9g	小麦
8	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	341kcal 10.6g 3.9g 62.6g 0.2g	小麦
9	月	ご飯 鶏肉と野菜のうま煮 かふのコーンサラダ みそにゅうめん(ソーメン・ごぼう)	ごま油・ご飯・ソーメン・砂糖・油	鶏肉・味噌	かぶ・かぼちゃ・グリーンピース・コーン・ごぼう・玉ねぎ	みりん・酒・出し汁・醤油・酢・塩	310kcal 11.6g 9.4g 47.5g 0.7g	小麦
10	火	ご飯 白糸タラの磯風味焼き 冬野菜とささみの煮物 みそ汁(白菜・油揚げ) フルーツ(りんご)	ご飯・砂糖・米粉・片栗粉・油	シロイトタラ・鶏肉・味噌・油揚げ	あおさ粉・りんご・れんこん・玉ねぎ・人参・白菜	みりん・酒・出し汁・醤油	255kcal 11.6g 4.3g 44.7g 0.7g	小麦
11	水	豚肉の野菜あんかけ丼 さつま芋と人参のサラダ みそ汁(なす・長ねぎ)	ご飯・さつま芋・砂糖・片栗粉・油	豚肉・味噌	えのき茸・なす・玉ねぎ・小松菜・人参・長ねぎ	みりん・酒・出し汁・醤油・酢	290kcal 9.9g 7.4g 48.4g 0.6g	小麦
12	木	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラのオニオンソースがけ 炒りおから 具だくさん汁(鶏肉・チンゲン菜・焼ふ) ヨーグルト	ごま油・ご飯・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	おから・スケソウタラ・ヨーグルト・鶏肉・味噌	チンゲン菜・トマト・ひじき・玉ねぎ・人参	ふりかけ・酒・出し汁・醤油・水	272kcal 13.7g 5.9g 44.6g 1.0g	乳成分・小麦
13	金	バレンタイン☆チキンハヤシライス キャベツのツナサラダ スープ(豆腐・じゃが芋) 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・鶏肉・豆腐	オレンジ・キャベツ・グリーンピース・玉ねぎ・人参	SBハヤシの王子さま顆粒・出し汁・醤油・酢・水・塩	320kcal 12.1g 10.3g 48.1g 1.4g	小麦
14	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	316kcal 8.3g 1.9g 63.7g 0.3g	小麦
15	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	342kcal 10.5g 4.2g 62.5g 0.1g	

※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あたりたんぱく質/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 2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・ 落花生・ そば・えび・ かに)
16	月	鉄分強化！ふりかけご飯 カラスカレイのムニエル 大根と人参のおかか煮 みそ汁（じゃが芋・長ねぎ） フルーツ（オレンジ）	ご飯・じゃが芋・パ ター・砂糖・米粉・油	カラスカレイ・花かつ お・味噌	オレンジ・トマト・人 参・大根・長ねぎ	ふりかけ・出し汁・醤 油・塩	254 7.9 7.4 41.5 0.6	kcal g g g g
17	火	ご飯 そぼろの彩り野菜炒め スパツナサラダ みそ汁（インゲン・花ふ）	ご飯・スパゲッティ・花 ふ・砂糖・片栗粉・油	ツナフレック缶・豚肉・味 噌	インゲン・きゅうり・ コーン・玉ねぎ・小松 菜・人参	みりん・酒・出し汁・醤 油・酢・塩	306 11.6 10.1 44.3 0.7	kcal g g g g
18	水	ご飯 白糸タラのねぎ風味焼き かぼちゃと鶏肉のとりみ煮 みそ汁（もやし・ワカメ） フルーツ（オレンジ）	ご飯・砂糖・米粉・片栗 粉・油	シロイトタラ・鶏肉・味 噌	オレンジ・かぼちゃ・フ ロココリー・もやし・ワ カメ・人参・万能ねぎ	みりん・酒・出し汁・醤 油・塩	274 12.8 6.1 44.4 0.7	kcal g g g g
19	木	ご飯 厚揚げと野菜のさっぱり炒め 切干大根ときゅうりの和え物 みそ汁（玉ねぎ・焼ふ）	ご飯・じゃが芋・砂糖・ 焼ふ・油	厚揚げ・豚肉・味噌	きゅうり・コーン・チン ゲン菜・玉ねぎ・人参・ 切干大根	酒・出し汁・醤油・酢	289 11.9 9.2 43.4 0.6	kcal g g g g
20	金	ご飯 助宗タラのごま炒め 粉豆腐とキャベツの炒り煮 みそ汁（大根・もやし） フルーツ（バナナ）	ごま・ご飯・砂糖・片栗 粉・油	スケソウタラ・粉豆腐・味 噌	キャベツ・バナナ・もや し・玉ねぎ・人参・水 菜・大根	みりん・出し汁・醤油	270 11.9 6.7 42.4 0.8	kcal g g g g
21	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 8.4 4.5 61.5 0.3	kcal g g g g
22	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
23	月	ご飯 鶏肉と野菜のうま煮 かぶのコーンサラダ みそにゅうめん（ソーメン・ごぼう）	ごま油・ご飯・ソーメ ン・砂糖・油	鶏肉・味噌	かぶ・かぼちゃ・グリン ピース・コーン・ごぼ う・玉ねぎ	みりん・酒・出し汁・醤 油・酢・塩	310 11.6 9.4 47.5 0.7	kcal g g g g
24	火	ご飯 白糸タラの磯風味焼き 冬野菜とささみの煮物 みそ汁（白菜・油揚げ） アップルゼリー	ご飯・砂糖・米粉・片栗 粉・油	シロイトタラ・鶏肉・味 噌・油揚げ	あおさ粉・りんごジュ ース・れんこん・寒天・玉 ねぎ・人参・白菜	みりん・酒・出し汁・醤 油	266 11.5 4.3 46.6 0.7	kcal g g g g
25	水	豚肉の野菜あんかけ丼 さつま芋と人参のサラダ みそ汁（なす・長ねぎ）	ご飯・さつま芋・砂糖・ 片栗粉・油	豚肉・味噌	えのき茸・なす・玉ね ぎ・小松菜・人参・長ね ぎ	みりん・酒・出し汁・醤 油・酢	290 9.9 7.4 48.4 0.6	kcal g g g g
26	木	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラのオニオンソースがけ 炒りおから 具だくさん汁（鶏肉・チンゲン菜・焼ふ） ヨーグルト	ごま油・ご飯・砂糖・焼 ふ・片栗粉・油	おから・スケソウタラ・ ヨーグルト・鶏肉・味噌	チンゲン菜・トマト・ひ じき・玉ねぎ・人参	ふりかけ・酒・出し汁・ 醤油・水	272 13.7 5.9 44.6 1.0	kcal g g g g
27	金	チキンハヤシライス キャベツのツナサラダ スープ（豆腐・じゃが芋） フルーツ（オレンジ）	ごま油・ご飯・じゃが 芋・砂糖・油	ツナフレック缶・鶏肉・ 豆腐	オレンジ・キャベツ・グ リンピース・玉ねぎ・人 参	S Bハヤシの王子さま顆 粒・出し汁・醤油・酢・ 水・塩	320 12.1 10.3 48.1 1.4	kcal g g g g
28	土	ご飯 鶏肉の野菜炒め フロココリーのごま和え	ご飯・砂糖・油・ごま	鶏肉	玉ねぎ・チンゲン菜・フ ロココリー・コーン	醤油・塩	341 10.6 3.9 62.6 0.2	kcal g g g g

※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

