

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 1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	木	ご飯 鮭と野菜の南蛮漬け さつま芋サラダ みそ汁（豆腐・青ねぎ） アップルゼリー	ご飯・さつま芋・砂糖・米粉・油	鮭・豆腐・味噌	きゅうり・りんごジュース・レーズン・寒天・人参・青ねぎ・大根	みりん・出し汁・醤油・酢・塩	327kcal 12.0g 5.7g 59.3g 0.7g	小麦
2	金	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉の照りボール マカロニツナサラダ みそ汁（かぶ・油揚げ）	ごま油・ご飯・パン粉（注）・マカロニミックス・砂糖・片栗粉・油	ツナフレック缶・鶏肉・味噌・油揚げ	かぶ・玉ねぎ・小松菜・人参	ふりかけ・みりん・酒・出し汁・醤油・酢・水・塩	332kcal 12.4g 11.2g 47.0g 0.9g	小麦
3	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
4	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
5	月	ご飯 白糸タラのコロコロ甘辛揚げ 大根と鶏肉の煮物 みそ汁（玉ねぎ・焼酎） アップルゼリー	ご飯・砂糖・米粉・焼酎・油	シロイトタラ・鶏肉・味噌	かぼちゃ・りんごジュース・寒天・玉ねぎ・人参・大根	みりん・出し汁・醤油・水	291kcal 10.6g 7.2g 48.0g 0.6g	小麦
6	火	ソース焼きうどん じゃが芋のブロッコリーサラダ みそ汁（チンゲン菜・油揚げ）	うどん・ごま油・じゃが芋・砂糖・油	豚肉・味噌・油揚げ	あおさ粉・チンゲン菜・ブロッコリー・玉ねぎ・人参	ウスターソース・酒・出し汁・醤油・酢・塩	254kcal 11.1g 8.4g 34.3g 1.1g	小麦
7	水	ご飯 助宗タラのケチャップ甘酢あん 鶏肉と野菜の醤油炒め スープ（豆腐・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・豆腐	しめじ・バナナ・ほうれん草・ワカメ・玉ねぎ・人参	ケチャップ・出し汁・醤油・酢・水・塩	264kcal 13.1g 6.6g 40.0g 0.7g	小麦
8	木	カレーライス キャベツとかぶの和え物 スープ（チンゲン菜・ごぼう） ヨーグルト	ご飯・じゃが芋・砂糖・油	ヨーグルト・豚肉	かぶ・キャベツ・ごぼう・チンゲン菜・玉ねぎ・人参	S Bカレーの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・水・塩	288kcal 11.0g 7.8g 47.4g 1.0g	乳成分・小麦
9	金	ご飯 鶏肉と冬野菜の生姜炒め 春雨サラダ みそ汁（焼酎・ワカメ）	ごま油・ご飯・砂糖・春雨・米粉・焼酎・油	鶏肉・味噌	きゅうり・パプリカ黄・れんこん・ワカメ・人参・生姜・白菜	酒・出し汁・醤油・酢・水	285kcal 10.4g 8.6g 43.3g 0.8g	小麦
10	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
11	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	
12	月	鶏肉の和豆乳スープパスタ きゅうりとコーンのひじきサラダ フルーツ（オレンジ）	スパゲッティ・砂糖・米粉・油	鶏肉・豆乳・味噌	オレンジ・かぼちゃ・きゅうり・コーン・チンゲン菜・ひじき・人参	出し汁・醤油・酢・塩	281kcal 13.0g 10.2g 38.4g 0.7g	小麦
13	火	ご飯 カラスカレイのサクサクフライ キャベツの信田煮 具だくさん汁（豚肉・豆腐・ワカメ） フルーツ（白桃缶）	ご飯・じゃが芋・パン粉（注）・砂糖・米粉・油	カラスカレイ・豆腐・豚肉・味噌・油揚げ	キャベツ・ワカメ・人参・白桃缶	酒・出し汁・醤油・水・塩	347kcal 12.9g 13.4g 47.3g 0.6g	小麦
14	水	ご飯 鶏と野菜のごま生姜煮 チンゲン菜と人参のコーン和え すまし汁（ソーメン・長ねぎ）	ごま・ご飯・ソーメン・砂糖・油	鶏肉	コーン・チンゲン菜・なす・玉ねぎ・人参・生姜・長ねぎ	みりん・出し汁・醤油・塩	264kcal 9.5g 7.4g 42.2g 0.7g	小麦
15	木	カレーライス 大根のマヨサラダ スープ フルーツ（オレンジ）	ご飯・じゃが芋・マヨネーズ・砂糖・油	豆腐・豚肉	オレンジ・きゅうり・コーン・玉ねぎ・人参・大根・白菜	S Bカレーの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・水・塩	314kcal 11.3g 10.1g 47.8g 1.0g	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 1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	金	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉の照りボール マカロニツナサラダ みそ汁（かぶ・油揚げ）	ごま油・ご飯・パン粉 (注)・マカロニミックス・砂糖・片栗粉・油	ツナフレーク缶・鶏肉・味噌・油揚げ	かぶ・トマト・玉ねぎ・小松菜	ふりかけ・みりん・酒・出し汁・醤油・酢・塩	328kcal 12.4g 11.2g 46.0g 0.9g	小麦
17	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	332kcal 8.4g 4.5g 61.5g 0.3g	小麦
18	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	360kcal 11.1g 11.3g 56.2g 0.9g	小麦
19	月	ご飯 白糸タラのコロコロ甘辛揚げ 大根と鶏肉の煮物 みそ汁（玉ねぎ・焼酎） フルーツ（りんご）	ご飯・砂糖・米粉・焼酎・油	シロイトタラ・鶏肉・味噌	かぼちゃ・りんご・玉ねぎ・人参・大根	みりん・出し汁・醤油・水	280kcal 10.5g 7.2g 46.7g 0.6g	小麦
20	火	ソース焼きうどん じゃが芋のブロッコリーサラダ みそ汁（チンゲン菜・油揚げ）	うどん・ごま油・じゃが芋・砂糖・油	豚肉・味噌・油揚げ	あおさ粉・キャベツ・チンゲン菜・ブロッコリー・玉ねぎ・人参	ウスターソース・酒・出し汁・醤油・酢・塩	251kcal 11.3g 8.5g 33.8g 1.1g	小麦
21	水	ご飯 助宗タラのケチャップ甘酢あん 鶏肉と野菜の醤油炒め スープ（豆腐・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・豆腐	しめじ・バナナ・ほうれん草・ワカメ・玉ねぎ・人参	ケチャップ・出し汁・醤油・酢・水・塩	264kcal 13.1g 6.6g 40.0g 0.7g	小麦
22	木	カレーライス キャベツとかぶの和え物 スープ（チンゲン菜・ごぼう） ヨーグルト	ご飯・じゃが芋・砂糖・油	ヨーグルト・豚肉	かぶ・キャベツ・ごぼう・チンゲン菜・玉ねぎ・人参	SBカレーの王子さま顆粒・酒・出し汁・醤油・水・塩	288kcal 11.0g 7.8g 47.4g 1.0g	乳成分・小麦
23	金	ツナのおおさおにぎり 鶏肉と冬野菜の生姜炒め 春雨サラダ フルーツ（バナナ）	ごま油・ご飯・砂糖・春雨・米粉・油	ツナフレーク缶・鶏肉	あおさ粉・きゅうり・バナナ・パプリカ・れんこん・人参・生姜・白菜	酒・出し汁・醤油・酢・水	325kcal 11.3g 11.3g 46.0g 0.6g	小麦
24	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	341kcal 10.6g 3.9g 62.6g 0.2g	小麦
25	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	316kcal 8.3g 1.9g 63.7g 0.3g	小麦
26	月	鶏肉の和豆乳スープパスタ きゅうりとコーンのひじきサラダ フルーツ（オレンジ）	スパゲッティ・砂糖・米粉・油	鶏肉・豆乳・味噌	オレンジ・かぼちゃ・きゅうり・コーン・チンゲン菜・ひじき・人参	出し汁・醤油・酢・塩	281kcal 13.0g 10.2g 38.4g 0.7g	小麦
27	火	ご飯 カラスカレイのサクサクフライ キャベツの信田煮 具だくさん汁（豚肉・豆腐・ワカメ） フルーツ（りんご）	ご飯・じゃが芋・パン粉（注）・砂糖・米粉・油	カラスカレイ・豆腐・豚肉・味噌・油揚げ	キャベツ・りんご・ワカメ・人参	酒・出し汁・醤油・水・塩	341kcal 12.8g 13.5g 46.6g 0.6g	小麦
28	水	ご飯 鶏と野菜のごま生姜煮 チンゲン菜と人参のコーン和え すまし汁（ソーメン・長ねぎ）	ごま・ご飯・ソーメン・砂糖・油	鶏肉	コーン・チンゲン菜・なす・玉ねぎ・人参・生姜・長ねぎ	みりん・出し汁・醤油・塩	264kcal 9.5g 7.4g 42.2g 0.7g	小麦
29	木	ご飯 鮭と野菜の南蛮漬け さつま芋サラダ みそ汁（豆腐・万能ねぎ） フルーツ（みかん）	ご飯・さつま芋・砂糖・米粉・油	鮭・豆腐・味噌	きゅうり・みかん・レーズン・人参・大根・万能ねぎ	みりん・出し汁・醤油・酢・塩	317kcal 12.1g 5.6g 56.8g 0.7g	小麦
30	金	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉の照りボール マカロニツナサラダ みそ汁（かぶ・油揚げ）	ごま油・ご飯・パン粉（注）・マカロニミックス・砂糖・片栗粉・油	ツナフレーク缶・鶏肉・味噌・油揚げ	かぶ・トマト・玉ねぎ・小松菜	ふりかけ・みりん・酒・出し汁・醤油・酢・塩	328kcal 12.4g 11.2g 46.0g 0.9g	小麦
31	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	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				
	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