

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 4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 | 水 | ご飯 鶏肉のみそ焼き チンゲン菜とトマトのサラダ すまし汁(人参・しめじ) | ごま油・ご飯・砂糖・油 | 鶏肉・味噌 | しめじ・チンゲン菜・トマト・ピーマン・玉ねぎ・人参 | みりん・出し汁・醤油・酢・塩 | 263 kcal 9.8 g 9.5 g 36.8 g 0.7 g | 小麦 |
| 2 | 木 | ご飯 鮭フライ 玉ねぎと豚肉の煮物 みそ汁(豆腐・万能ねぎ) ヨーグルト | ご飯・パン粉(注)・砂糖・米粉・油 | ヨーグルト・鮭・豆腐・豚肉・味噌 | ハブリカ赤・玉ねぎ・小松菜・万能ねぎ | 酒・出し汁・醤油・水 | 330 kcal 15.9 g 10.2 g 45.6 g 0.5 g | 乳成分・小麦 |
| 3 | 金 | アスパラガスとコーンのピラフ トマトソースにっころ鶏バーグ みそ汁(もやし・焼豆)・フルーツ(バナナ) | ご飯・さつまいも・バター・パン粉(注)・砂糖・焼豆・油 | 鶏肉・豆乳・味噌 | トマト缶・グリーンアスパラ・コーン・バナナ・もやし・玉ねぎ・人参 | ウスターソース・ケチャップ・みりん・出し汁・水・塩 | 315 kcal 10.6 g 9.2 g 50.2 g 0.8 g | 乳成分・小麦 |
| 4 | 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 |
| 5 | 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 |
| 6 | 月 | ご飯 豆腐と鶏肉の煮物 じゃが芋とトマトのサラダ みそ汁(長ねぎ・油揚げ) | ご飯・じゃが芋・砂糖・片栗粉・油 | 鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ | チンゲン菜・トマト・人参・長ねぎ | みりん・酒・出し汁・醤油・酢・塩 | 269 kcal 12.5 g 6.3 g 43.3 g 0.6 g | 小麦 |
| 7 | 火 | 鉄分強化!ふりかけご飯 白糸タラの甘酢漬け 大根と豚肉の炒め煮 みそ汁(ワカメ・花豆)・フルーツ(オレンジ) | ご飯・花豆・砂糖・米粉・油 | シロイトタラ・豚肉・味噌 | オレンジ・ハブリカ赤・ワカメ・玉ねぎ・人参・水菜・大根 | 穀物ふりかけ・酒・出し汁・醤油・酢 | 249 kcal 11.1 g 5.2 g 41.2 g 0.9 g | 小麦 |
| 8 | 水 | ミートスパゲッティ 白菜と人参のツナの和え物 スープ(豆腐・ごぼう) | スパゲッティ・砂糖・米粉・油 | ツナフレク缶・鶏肉・豆腐 | ごぼう・パセリ・玉ねぎ・人参・白菜 | ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・塩 | 263 kcal 13.0 g 10.0 g 32.3 g 1.1 g | 小麦 |
| 9 | 木 | ご飯 カラスカレイのコロコロ揚げ ひじきと粉豆腐の炒り煮 みそ汁(玉ねぎ・キャベツ)・フルーツ(オレンジ) | ご飯・さつまいも・砂糖・片栗粉・油 | カラスカレイ・粉豆腐・味噌 | オレンジ・キャベツ・ひじき・玉ねぎ・人参 | みりん・出し汁・醤油・水 | 317 kcal 10.1 g 10.7 g 48.5 g 1.0 g | 小麦 |
| 10 | 金 | チキンハヤシライス もやしとスナップエンドウのコーンサラダ スープ(小松菜・しめじ)・フルーツ(バナナ) | ごま油・ご飯・砂糖・油 | 鶏肉 | コーン・しめじ・スナップエンドウ・パセリ・バナナ・もやし・玉ねぎ・小松菜・人参 | S.Bハヤシの王子さま 顆粒・出し汁・醤油・酢・水・塩 | 285 kcal 9.5 g 7.7 g 47.3 g 1.3 g | 小麦 |
| 11 | 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 |
| 12 | 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 | |
| 13 | 月 | ご飯 鶏肉と野菜の煮物 玉ねぎとパプリカのサラダ みそ汁(花豆・インゲン) | ご飯・じゃが芋・花豆・砂糖・油 | 鶏肉・味噌 | インゲン・ごぼう・パプリカ赤・玉ねぎ・人参 | みりん・出し汁・醤油・酢・塩 | 259 kcal 9.2 g 7.1 g 43.3 g 0.7 g | 小麦 |
| 14 | 火 | ひよこライス チキンチャットー ポテトフライ スープ | ごま・米粉・油・砂糖 | 鶏肉 | コーン・玉ねぎ・トマト缶・小松菜・じゃが芋・人参・ワカメ | ケチャップ・塩・ウスターソース・出し汁・醤油 | 313 kcal 11.4 g 11.1 g 46.4 g 1.0 g | 小麦 |
| 15 | 水 | ツナピラフ トマト煮込みハンバーグ スパゲッティサラダ スープ フルーツ(オレンジ) | ご飯・スパゲッティ・バター・マヨネーズ・砂糖・油 | ハンバーグ・ツナフレク缶・豆腐 | オレンジ・トマト缶・パセリ粉・じゃが芋・きゅうり・人参・キャベツ・玉ねぎ | ウスターソース・ケチャップ・みりん・出し汁・醤油・水・塩 | 349 kcal 11.5 g 11.0 g 53.0 g 0.9 g | 乳・小麦 |

※都合により、献立を変更する場合がございます。
注：米粉でできたパン粉を使用

| 年齢 | 給与栄養目標量 | 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 |
| 1~2歳 | 285/11.8/7.9/41.7/0.8未満 | 286 | 11.9 | 7.9 | 44.2 |



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 4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 るもの 整え | | 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 い) |
| 16 | 木 | ソース焼きうどん さつまいものごまがらめ みそ汁 | うどん・ごま・さつまいも 手・砂糖・米粉・油・ 花ふ | 花かつお・豚肉・味噌 | キャベツ・玉ねぎ・人 参・大根 | ウスターソース・酒・ 出し汁・醤油・塩・水 | 304 kcal 11.3 g 8.8 g 46.1 g 1.4 g | 小麦 |
| 17 | 金 | ご飯 鶏バーグトマトソースかけ さつまいものコーン みそ汁(もやし・焼ふ) | ご飯・さつまいも・ハ ン粉(注)・砂糖・焼ふ・ 油 | 鶏肉・豆乳・味噌 | トマト缶・グリーンア スパラ・コーン・もや し・玉ねぎ・人参 | ウスターソース・ケ チャップ・みりん・出 し汁・醤油・水 | 316 kcal 10.6 g 7.5 g 54.6 g 0.8 g | 小麦 |
| 18 | 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 |
| 19 | 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 |
| 20 | 月 | 混ぜ込みとどろけ飯風 春雨入り豆乳茶碗蒸し風 みそ汁(じゃが芋・長ねぎ) | ご飯・じゃが芋・春 雨・片栗粉・油 | 鶏肉・豆乳・豆腐・味 噌・油揚げ | チンゲン菜・寒天・人 参・長ねぎ | みりん・酒・出し汁・ 醤油・塩 | 298 kcal 12.7 g 9.5 g 42.7 g 0.9 g | 小麦 |
| 21 | 火 | 鉄分強化!ふりかけご飯 白系タラの甘酢漬け 大根と豚肉の炒め煮 みそ汁(ワカメ・花ふ) フルーツ(オレンジ) | ご飯・花ふ・砂糖・米 粉・油 | シロイトタラ・豚肉・ 味噌 | オレンジ・パプリカ 赤・ワカメ・玉ねぎ・ 人参・水菜・大根 | 穀物ふりかけ・酒・出 し汁・醤油・酢 | 249 kcal 11.1 g 5.2 g 41.2 g 0.9 g | 小麦 |
| 22 | 水 | ミートスパゲッティ 白菜と人参のツナの和え物 スープ(豆腐・ごぼう) | スパゲッティ・砂糖・ 米粉・油 | ツナフレック缶・鶏 肉・豆腐 | ごぼう・パセリ・玉ね ぎ・人参・白菜 | ウスターソース・ケ チャップ・酒・出し 汁・醤油・酢・水・塩 | 263 kcal 13.0 g 10.0 g 32.3 g 1.1 g | 小麦 |
| 23 | 木 | ご飯 カラスカレイのココロコ揚げ ひじきと粉豆腐の炒り煮 みそ汁(玉ねぎ・キャベツ) フルーツ(オレンジ) | ご飯・さつまいも・砂 糖・片栗粉・油 | カラスカレイ・粉豆 腐・味噌 | オレンジ・キャベツ・ ひじき・玉ねぎ・人参 | みりん・出し汁・醬 油・水 | 317 kcal 10.1 g 10.7 g 48.5 g 1.0 g | 小麦 |
| 24 | 金 | チキンハヤシライス きゅうりとスナップエンドウのコーンサ ラ スープ(小松菜・しめじ) フルーツ(白桃缶) | ごま油・ご飯・砂糖・ 油 | 鶏肉 | きゅうり・コーン・し めじ・スナップエンド ウ・パセリ・玉ねぎ・ 小松菜・人参・白桃缶 | SBハヤシの王子さま 顆粒・出し汁・醤油・ 酢・水・塩 | 289 kcal 9.4 g 7.7 g 48.4 g 1.3 g | 小麦 |
| 25 | 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 |
| 26 | 日 | ご飯 豚肉のみそ焼き チンゲン菜のコーン みそ汁 | 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 |
| 27 | 月 | ご飯 鶏肉と野菜の煮物 玉ねぎとパプリカのサラ ダ みそ汁(花ふ・インゲン) | ご飯・じゃが芋・花 ふ・砂糖・油 | 鶏肉・味噌 | インゲン・ごぼう・ハ プリカ赤・玉ねぎ・人 参 | みりん・出し汁・醬 油・酢・塩 | 259 kcal 9.2 g 7.1 g 43.3 g 0.7 g | 小麦 |
| 28 | 火 | ご飯 白系タラと春キャベツのバター炒め 豚肉の切干大根煮 みそ汁(さつまいも・ワカメ) フルーツ(みかん缶) | ご飯・さつまいも・パ ター・米粉・油 | シロイトタラ・豚肉・ 味噌 | キャベツ・みかん缶・ ワカメ・玉ねぎ・人 参・切干大根 | みりん・酒・出し汁・ 醤油・塩 | 268 kcal 11.4 g 4.7 g 47.0 g 0.8 g | 乳成分・小麦 |
| 29 | 水 | ご飯 鶏肉のみそ焼き チンゲン菜とトマトのサラ ダ すまし汁(人参・ふなしめじ) | ごま油・ご飯・砂糖・ 油 | 鶏肉・味噌 | チンゲン菜・トマト・ ピーマン・ふなしめ じ・玉ねぎ・人参 | みりん・出し汁・醬 油・酢・塩 | 263 kcal 9.8 g 9.5 g 36.8 g 0.7 g | 小麦 |
| 30 | 木 | ご飯 鮭フライ 玉ねぎと豚肉の煮物 みそ汁(豆腐・万能ねぎ) ヨーグルト | ご飯・パン粉(注)・砂 糖・米粉・油 | ヨーグルト・鮭・豆 腐・豚肉・味噌 | パプリカ赤・玉ねぎ・ 小松菜・万能ねぎ | 酒・出し汁・醤油・水 | 330 kcal 15.9 g 10.2 g 45.6 g 0.5 g | 乳成分・小麦 |

※都合により、献立を変更する場合がございます。
注：米粉でできたパン粉を使用

| 年齢 | 給与栄養目標量 | 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 |
| 1～2歳 | 285/11.8/7.9/41.7/0.8未満 | 286 | 11.9 | 7.9 | 44.2 |

