

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 5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	金	中華ちまき風混ぜ込みごはん かぶとハンバーグ 具だくさんスープ(チンゲン菜・大根・コーン) フルーツ(オレンジ)	ごま油・ご飯・パン粉 (注)・砂糖・油	ツナフレーク缶・鶏肉・豆乳	オレンジ・グリーンアスパラ・コーン・チンゲン菜・ぶなしめじ・玉ねぎ・人参・大根	みりん・酒・出し汁・醤油・塩	303 kcal 12.2 g 11.2 g 40.9 g 0.9 g	小麦
2	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 kcal 10.5 g 4.2 g 62.5 g 0.1 g	
3	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
4	月	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	火	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	水	ご飯 鶏肉のごまだれ焼き きゅうりとしらすのサラダ みそ汁(焼酎・豆腐)	ごま・ご飯・砂糖・焼酎・油	しらす干し・鶏肉・豆腐・味噌	きゅうり・ほうれん草・人参	みりん・酒・出し汁・醤油・酢・塩	293 kcal 13.0 g 11.6 g 36.3 g 0.7 g	小麦
7	木	ご飯 高野豆腐の肉野菜あんかけ 白菜と人参のサラダ みそ汁(さつまいも・ぶなしめじ)	ごま油・ご飯・さつまいも・砂糖・片栗粉・油	鶏肉・高野豆腐・味噌	ぶなしめじ・玉ねぎ・人参・大根菜・白菜	みりん・酒・出し汁・醤油・酢	271 kcal 11.3 g 5.7 g 45.3 g 0.6 g	小麦
8	金	ご飯 豚肉のごま味噌炒め 玉ねぎとかぼちゃの信田煮 すまし汁(豆腐・ワカメ)	ごま・ご飯・砂糖・油	豆腐・豚肉・味噌・油揚げ	かぼちゃ・ワカメ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	みりん・酒・出し汁・醤油・水・塩	296 kcal 12.7 g 10.1 g 40.9 g 0.8 g	小麦
9	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
10	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
11	月	ご飯 鶏肉と白菜の麻婆炒め風 トマトのコーンサラダ スープ(人参・ワカメ)	ごま油・ご飯・砂糖・片栗粉・油	鶏肉・味噌	コーン・チンゲン菜・トマト・ワカメ・玉ねぎ・人参・生姜・白菜	出し汁・醤油・酢・水・塩	270 kcal 10.4 g 8.7 g 40.0 g 0.8 g	小麦
12	火	鮭のバター醤油スパゲッティ 大根と人参のひじきサラダ チキンスープ(鶏肉・小松菜・豆腐)	ごま油・スパゲッティ・バター・砂糖・米粉	鶏肉・鮭・豆腐	キャベツ・ひじき・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	酒・出し汁・醤油・酢・塩	271 kcal 17.1 g 9.0 g 32.1 g 0.9 g	乳成分・小麦
13	水	ご飯 白糸タラのサクサクフライ 大根のそぼろ煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯・米粉・パン粉(注)・油・片栗粉	白糸タラ・鶏肉・豆腐・味噌	トマト・大根・人参・玉ねぎ・オレンジ	水・ウスターソース・出し汁・醤油	288 kcal 12.6 g 7.2 g 45.9 g 0.7 g	小麦
14	木	ご飯 豆腐と鶏肉のとろみ煮 さつまいもサラダ みそ汁(焼酎・えのき草)	ご飯・さつまいも・砂糖・焼酎・片栗粉・油	鶏肉・豆腐・味噌	えのき草・きゅうり・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	みりん・酒・出し汁・醤油・酢	298 kcal 10.8 g 8.0 g 48.4 g 0.6 g	小麦
15	金	ご飯 照り焼きハンバーグ もやしとツナの炒め煮 スープ(チンゲン菜・コーン)	ごま油・ご飯・パン粉(注)・砂糖・油	ツナフレーク缶・鶏肉・豆乳	グリーンアスパラ・コーン・チンゲン菜・もやし・玉ねぎ・人参	みりん・酒・出し汁・醤油・塩	281 kcal 10.8 g 9.8 g 39.6 g 0.8 g	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 1日あたり/たんぱく質/脂質/炭水化物/塩分	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	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 5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	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
17	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	
18	月	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏の唐揚げ 切干大根煮 みそ汁（ほうれん草・長ねぎ）	ご飯・砂糖・米粉・片 栗粉・油	鶏肉・味噌・油揚げ	ブロッコリー・ほうれ ん草・玉ねぎ・人参・ 生姜・切干大根・長ね ぎ	みりん・穀物ふりか け・酒・出し汁・醤油	314 kcal 11.9 g 11.8 g 42.4 g 0.7 g	小麦
19	火	ご飯 白糸タラのポテト焼き 玉ねぎと鶏肉の炒め煮 みそ汁（大根・なめこ） フルーツ（オレンジ）	ご飯・じゃが芋・パ ター・砂糖・片栗粉・ 油	シロイトタラ・鶏肉・ 豆乳・味噌	インゲン・オレンジ・ なめこ・玉ねぎ・人 参・大根	ケチャップ・みりん・ 出し汁・醤油・水・塩	277 kcal 12.1 g 6.8 g 44.1 g 0.7 g	乳成分・小麦
20	水	おかかおにぎり 鶏の唐揚げ ポテト 人参とごぼうのサラダ 白菜と小松菜のおひたし	ご飯・じゃが芋・ごま 油・米粉・片栗粉・ 油・マヨネーズ・砂糖	花かつお・鶏肉	生姜・白菜・人参・ご ぼう・小松菜	醤油・みりん・酒・ 酢・出し汁・塩	330 kcal 10.7 g 12.6 g 47.0 g 1.0 g	小麦
21	木	ご飯 高野豆腐の肉野菜あんかけ 白菜と人参のサラダ みそ汁（さつまいも・しめじ）	ごま油・ご飯・さつま いも・砂糖・片栗粉・ 油	鶏肉・高野豆腐・味噌	しめじ・玉ねぎ・人 参・水菜・白菜	みりん・酒・出し汁・ 醤油・酢	270 kcal 11.2 g 5.7 g 45.3 g 0.6 g	小麦
22	金	ご飯 豚肉のごま味噌炒め 玉ねぎとかぼちゃの信田煮 すまし汁（豆腐・ワカメ）	ごま・ご飯・砂糖・油	豆腐・豚肉・味噌・油 揚げ	かぼちゃ・ワカメ・玉 ねぎ・小松菜・人参・ 大根	みりん・酒・出し汁・ 醤油・水・塩	294 kcal 12.6 g 10.1 g 41.2 g 0.8 g	小麦
23	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
24	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
25	月	ご飯 鶏肉と白菜の麻婆炒め風 ブロッコリーのコーンサラダ スープ（人参・ワカメ）	ごま油・ご飯・砂糖・ 片栗粉・油	鶏肉・味噌	コーン・チンゲン菜・ ブロッコリー・ワカ メ・玉ねぎ・人参・生 姜・白菜	出し汁・醤油・酢・ 水・塩	274 kcal 11.4 g 8.8 g 40.2 g 0.8 g	小麦
26	火	鮭と春野菜のバター醤油スパゲッティ スナッフエンドウの大根サラダ チキンスープ（鶏肉・小松菜・豆腐）	ごま油・スパゲッ ティ・バター・砂糖・ 米粉	鶏肉・鮭・豆腐	キャベツ・グリーンア スパラ・スナッフエン ドウ・玉ねぎ・小松 菜・人参・大根	酒・出し汁・醤油・ 酢・塩	272 kcal 17.2 g 8.9 g 31.6 g 0.8 g	乳成分・小麦
27	水	ボークカレーライス ほうれん草とパプリカの和え物 スープ（もやし・インゲン） フルーツ（バナナ）	ご飯・じゃが芋・砂 糖・油	豚肉	インゲン・バナナ・パ プリカ赤・ほうれん 草・もやし・玉ねぎ・ 人参	SBカレーの王子さま 顆粒・酒・出し汁・醬 油・水・塩	279 kcal 10.6 g 7.0 g 47.2 g 1.0 g	小麦
28	木	ご飯 豆腐と鶏肉のとろみ煮 さつま芋サラダ みそ汁（焼ひ・えのき草）	ご飯・さつまいも・砂 糖・焼ひ・片栗粉・油	鶏肉・豆腐・味噌	えのき草・きゅうり・ 玉ねぎ・人参・万能ね ぎ	みりん・酒・出し汁・ 醤油・酢	298 kcal 10.8 g 8.0 g 48.4 g 0.6 g	小麦
29	金	ご飯 照り焼きハンバーグ もやしとツナの炒め煮 スープ（チンゲン菜・コーン）	ごま油・ご飯・パン粉 (注)・砂糖・油	ツナフレーク缶・鶏 肉・豆乳	グリーンアスパラ・ コーン・チンゲン菜・ もやし・玉ねぎ・人参	みりん・酒・出し汁・ 醤油・塩	281 kcal 10.8 g 9.8 g 39.6 g 0.8 g	小麦
30	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
31	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

※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	給食栄養目標値		当月平均給食栄養量				
	たんぱく質/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	12.4	7.7	43.8	0.8

