

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 7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 <small>(乳・卵・小麦・落花生・ そば・えび・かに)</small>
1	水	ご飯 白糸タラのムニエル もやしと豚肉の炒り煮 みそ汁(チンゲン菜・油揚げ) フルーツ(メロン)	ご飯・バター・砂糖・ 米粉・油	シロイタダ・豚肉・ 味噌・油揚げ	チンゲン菜・メロン・ もやし・玉ねぎ・人 参・水菜	酒・出し汁・醤油・塩	279 kcal 13.3 g 8.9 g 38.3 g 0.6 g	乳成分・小麦
2	木	夏野菜カレー 大根とズッキーニのサラダ スープ(人参・長ねぎ) ヨーグルト	ご飯・砂糖・油	ヨーグルト・鶏肉	かぼちゃ・ズッキー ニ・パプリカ赤・玉ね ぎ・人参・大根・長ね ぎ	S Bカレーの王子さま 顆粒・出し汁・醤油・ 酢・水・塩	295 kcal 9.7 g 8.6 g 48.1 g 1.1 g	乳成分・小麦
3	金	ご飯 ゆで豚のトマトオクラだれ キャベツのごま炒め みそ汁(じゃが芋・ワカメ)	ごま・ごま油・ご飯・ じゃが芋・砂糖・片栗 粉・油	豚肉・味噌	オクラ・キャベツ・ト マト・ワカメ・人参・ 生姜	酒・出し汁・醤油	260 kcal 10.0 g 8.0 g 39.9 g 0.6 g	小麦
4	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
5	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
6	月	鉄分強化!ふりかけご飯 助宗タラの磯風味焼き さつま芋と豚肉の煮物 みそ汁(小松菜・ごぼう) フルーツ(オレンジ)	ご飯・さつま芋・砂 糖・片栗粉・油	スケソウタラ・豚肉・ 味噌	あおさ粉・オレンジ・ ごぼう・小松菜・人参	みりん・穀物ふりか け・酒・出し汁・醬 油・水	280 kcal 11.0 g 4.6 g 50.6 g 0.7 g	小麦
7	火	七夕そうめん 鶏肉と野菜の炒め物 じゃが芋のとうもろこし味噌煮 アップルゼリー	じゃが芋・ソーメン・ 砂糖・片栗粉・油	ツナフレーク缶・鶏 肉・味噌	オクラ・キャベツ・グ リンピース・コーン・ りんごジュース・寒 天・人参・大根	みりん・酒・出し汁・ 醤油・塩	266 kcal 10.2 g 6.3 g 43.3 g 0.9 g	小麦
8	水	ご飯 チキンと夏野菜のトマト煮 きゅうりと人参のサラダ スープ(チンゲン菜・しめじ)	ごま油・ご飯・砂糖・ 油	鶏肉	カットトマト缶・きゅ うり・しめじ・ズッ キーニ・チンゲン菜・ パプリカ黄・玉ねぎ・ 人参	ケチャップ・酒・出し 汁・醤油・酢・水・塩	260 kcal 10.3 g 8.4 g 38.1 g 0.7 g	小麦
9	木	ご飯 鮭のごま衣焼き 白菜の信田煮 具だくさん汁(豚肉・玉ねぎ・焼ふ) フルーツ(オレンジ)	ごま・ご飯・砂糖・米 粉・焼ふ・油	鮭・豚肉・味噌・油揚 げ	オレンジ・ほうれん 草・玉ねぎ・人参・白 菜	みりん・酒・出し汁・ 醤油・水	301 kcal 14.7 g 9.3 g 41.1 g 0.6 g	小麦
10	金	鶏ねぎ丼 かぼちゃのスパゲティサラダ みそ汁(なす・ワカメ)	ご飯・スパゲティ・ 砂糖・油	鶏肉・味噌	かぼちゃ・きゅうり・ なす・ワカメ・玉ね ぎ・人参・万能ねぎ	みりん・酒・出し汁・ 醤油・酢・水・塩	276 kcal 9.5 g 7.3 g 45.2 g 0.8 g	小麦
11	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	
12	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
13	月	ソース焼きうどん じゃが芋とひじきのツナサラダ みそ汁(チンゲン菜・ごぼう)	うどん・ごま油・じゃ が芋・砂糖・油	ツナフレーク缶・豚 肉・味噌	あおさ粉・キャベツ・ ごぼう・チンゲン菜・ ひじき・玉ねぎ・人参	ウスターソース・酒・ 出し汁・醤油・酢・塩	262 kcal 12.0 g 9.3 g 34.3 g 1.3 g	小麦
14	火	冷や汁風 さつま芋と人参の揚げ焼き 鶏汁(鶏肉・玉ねぎ・花ふ) アップルゼリー	ごま・ご飯・さつま 芋・花ふ・砂糖・米 粉・片栗粉・油	鶏肉・豆腐・味噌	きゅうり・りんご ジュース・寒天・玉ね ぎ・人参・生姜	酒・出し汁・醤油・塩	332 kcal 10.2 g 8.1 g 57.7 g 1.0 g	小麦
15	水	ご飯 白糸タラのムニエル もやしと豚肉の炒り煮 みそ汁(チンゲン菜・油揚げ) フルーツ(バナナ)	ご飯・バター・砂糖・ 米粉・油	シロイタダ・豚肉・ 味噌・油揚げ	チンゲン菜・バナナ・ もやし・玉ねぎ・人 参・水菜	酒・出し汁・醤油・塩	282 kcal 13.2 g 8.9 g 39.1 g 0.6 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。

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	塩分g	
1～2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	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 7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	木	夏野菜カレー 大根とズッキーニのサラダ スープ (人参・長ねぎ) ヨーグルト	ご飯・砂糖・油	ヨーグルト・鶏肉	かぼちゃ・ズッキーニ・パプリカ赤・玉ねぎ・人参・大根・長ねぎ	S Bカレーの王子さま 顆粒・出し汁・醤油・ 酢・水・塩	295 kcal 9.7 g 8.6 g 48.1 g 1.1 g	乳成分・小麦
17	金	ご飯 ゆで豚のトマトオクラだれ キャベツのごま炒め みそ汁 (じゃが芋・ワカメ)	ごま・ごま油・ご飯・ じゃが芋・砂糖・片栗 粉・油	豚肉・味噌	オクラ・キャベツ・ト マト・ワカメ・人参・ 生姜	酒・出し汁・醤油	260 kcal 10.0 g 8.0 g 39.9 g 0.6 g	小麦
18	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
19	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
20	月	ご飯 鶏肉の甘酢炒め 切干大根ときゅうりのマヨ醤油和え みそ汁 (豆腐・花ふ)	ご飯・マヨネーズ・花 ふ・砂糖・油	鶏肉・豆腐・味噌	きゅうり・ほうれん 草・玉ねぎ・人参・切 干大根	出し汁・醤油・酢	276 kcal 10.7 g 9.4 g 40.0 g 0.7 g	小麦
21	火	鶏肉の冷やし豆腐めん じゃが芋と人参のツナ炒め アップルゼリー	ごま油・じゃが芋・ ソーメン・砂糖・油	ツナフレーク缶・鶏肉	キャベツ・コーン・り んごジュース・寒天・ 人参・大根	みりん・酒・出し汁・ 醤油・塩	270 kcal 11.0 g 8.7 g 37.0 g 1.0 g	小麦
22	水	ご飯 チキンと夏野菜のトマト煮 きゅうりと人参のサラダ スープ (チンゲン菜・しめじ)	ごま油・ご飯・砂糖・ 油	鶏肉	カットトマト缶・きゅ うり・しめじ・ズッ キーニ・チンゲン菜・ パプリカ黄・玉ねぎ・ 人参	ケチャップ・酒・出し 汁・醤油・酢・水・塩	260 kcal 10.3 g 8.4 g 38.1 g 0.7 g	小麦
23	木	ご飯 鮭のごま衣焼き 白菜の信田煮 具だくさん汁 (豚肉・玉ねぎ・焼ふ) フルーツ (オレンジ)	ごま・ご飯・砂糖・米 粉・焼ふ・油	鮭・豚肉・味噌・油揚 げ	オレンジ・ほうれん 草・玉ねぎ・人参・白 菜	みりん・酒・出し汁・ 醤油・水	301 kcal 14.7 g 9.3 g 41.1 g 0.6 g	小麦
24	金	鶏ねぎ丼 かぼちゃのスパゲティサラダ みそ汁 (なす・ワカメ)	ご飯・スパゲティ・ 砂糖・油	鶏肉・味噌	かぼちゃ・きゅうり・ なす・ワカメ・玉ね ぎ・人参・万能ねぎ	みりん・酒・出し汁・ 醤油・酢・水・塩	276 kcal 9.5 g 7.3 g 45.2 g 0.8 g	小麦
25	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
26	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	
27	月	ソース焼きうどん じゃが芋とひじきのツナサラダ みそ汁 (チンゲン菜・ごぼう)	うどん・ごま油・じゃ が芋・砂糖・油	ツナフレーク缶・豚 肉・味噌	あおさ粉・キャベツ・ ごぼう・チンゲン菜・ ひじき・玉ねぎ・人参	ウスターソース・酒・ 出し汁・醤油・酢・塩	262 kcal 12.0 g 9.3 g 34.3 g 1.3 g	小麦
28	火	ご飯 鶏ささみと野菜のおかか煮 きゅうりのお豆腐ごまサラダ みそ汁 (さつまいも・花ふ)	ごま・ご飯・さつまい も・花ふ・砂糖・片栗 粉・油	花かつお・鶏肉・豆 腐・味噌	きゅうり・玉ねぎ・小 松菜・人参	みりん・酒・出し汁・ 醤油・酢・塩	280 kcal 14.2 g 5.7 g 45.2 g 0.7 g	小麦
29	水	ご飯 白糸タラのムニエル もやしと豚肉の炒り煮 みそ汁 (チンゲン菜・油揚げ) フルーツ (バナナ)	ご飯・バター・砂糖・ 米粉・油	シロイトタラ・豚肉・ 味噌・油揚げ	チンゲン菜・バナナ・ もやし・玉ねぎ・人 参・水菜	酒・出し汁・醤油・塩	282 kcal 13.2 g 8.9 g 39.1 g 0.6 g	乳成分・小麦
30	木	夏野菜カレー 大根とズッキーニのサラダ スープ (人参・長ねぎ) ヨーグルト	ご飯・砂糖・油	ヨーグルト・鶏肉	かぼちゃ・ズッキー ニ・パプリカ赤・玉ね ぎ・人参・大根・長ね ぎ	S Bカレーの王子さま 顆粒・出し汁・醤油・ 酢・水・塩	295 kcal 9.7 g 8.6 g 48.1 g 1.1 g	乳成分・小麦
31	金	ご飯 ゆで豚のトマトオクラだれ キャベツのごま炒め みそ汁 (じゃが芋・ワカメ)	ごま・ごま油・ご飯・ じゃが芋・砂糖・片栗 粉・油	豚肉・味噌	オクラ・キャベツ・ト マト・ワカメ・人参・ 生姜	酒・出し汁・醤油	260 kcal 10.0 g 8.0 g 39.9 g 0.6 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

