

ママサポ・テラス安城桜井駅前園 給食献立表 幼児食 11月前半

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 (乳成分・卵・小麦・ 落花生・そば・えび・ かに・くるみ)
1	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
2	月	カレーライス マカロニサラダ スープ (れんこん・白菜) フルーツ (オレンジ)	ご飯・じゃが芋・マカロニミックス・砂糖・油	豚肉	オレンジ・きゅうり・ パプリカ赤・れんこん・ 玉ねぎ・人参・白 菜	S Bカレーの王子さま 顆粒・酒・出し汁・醤油・ 酢・水・塩	319 kcal 10.9 g 8.0 g 53.9 g 1.0 g	小麦
3	火	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
4	水	けんちんうどん かぼちゃと豚肉のとりみ煮 アップルゼリー	うどん・砂糖・片栗粉・油	豆腐・豚肉	かぼちゃ・しめじ・りんご ジュース・寒天・ 人参・大根・長ねぎ	みりん・酒・出し汁・ 醤油・塩	259 kcal 9.8 g 6.9 g 40.4 g 0.8 g	小麦
5	木	ご飯 白糸タラの甘酢漬け チンゲン菜と豚肉の炒め物 みそ汁 (かぶ・油揚げ) フルーツ (白桃缶)	ご飯・砂糖・片栗粉・油	シロイトタラ・豚肉・ 味噌・油揚げ	かぶ・チンゲン菜・ パプリカ黄・玉ねぎ・ 人参・白桃缶	酒・出し汁・醤油・ 酢・水・塩	262 kcal 10.6 g 7.0 g 40.1 g 0.7 g	小麦
6	金	ご飯 照り焼きハンバーグ きゅうりとコーンのツナサラダ みそにゅうめん (ほうれん草・ソーメン)	ごま油・ご飯・ソーメン・ パン粉(注)・砂糖・油	ツナフレーク缶・鶏肉・ 豆乳・味噌	きゅうり・コーン・ ほうれん草・玉ねぎ・ 人参	みりん・酒・出し汁・ 醤油・酢・水・塩	310 kcal 11.7 g 10.2 g 44.7 g 0.9 g	小麦
7	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	
8	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
9	月	ご飯 白糸タラのパン粉焼き 挽肉と根菜のとりみ煮 みそ汁 (白菜・油揚げ) フルーツ (りんご)	ご飯・パン粉(注)・砂糖・ 米粉・片栗粉・油	シロイトタラ・鶏肉・ 味噌・油揚げ	りんご・れんこん・ 玉ねぎ・人参・白菜	みりん・出し汁・ 醤油・水・塩	274 kcal 11.3 g 6.3 g 45.6 g 0.5 g	小麦
10	火	ご飯 豚肉と野菜の生姜炒め 玉ねぎとコーンのツナサラダ みそ汁 (豆腐・長ねぎ)	ご飯・砂糖・油	ツナフレーク缶・豆腐・ 豚肉・味噌	キャベツ・コーン・ 玉ねぎ・人参・生姜・ 長ねぎ	みりん・酒・出し汁・ 醤油・酢	296 kcal 12.7 g 10.3 g 40.9 g 0.7 g	小麦
11	水	ご飯 厚揚げと鶏肉のきのこ煮 さつま芋と人参のごまサラダ みそ汁 (なす・ごぼう)	ごま・ごま油・ご飯・ さつま芋・砂糖・片栗粉・油	鶏肉・厚揚げ・味噌	えのき茸・ごぼう・ なす・玉ねぎ・小松菜・ 人参	酒・出し汁・醤油・ 酢・塩	331 kcal 14.5 g 9.9 g 49.5 g 0.7 g	小麦
12	木	三色丼 かぼちゃの甘辛炒め みそ汁 (大根・花ふ)	ご飯・花ふ・砂糖・油	豚肉・味噌	かぼちゃ・パプリカ赤・ ほうれん草・玉ねぎ・ 人参・大根	酒・出し汁・醤油・ 水・塩	269 kcal 10.2 g 7.5 g 43.3 g 0.6 g	小麦
13	金	鮭ちらし寿司 豚肉とかぶの煮物 みそ汁 (ごぼう・油揚げ) フルーツ (柿)	ご飯・砂糖・油	鮭・豚肉・味噌・油揚げ	かぶ・きゅうり・コーン・ ごぼう・柿・人参	酒・出し汁・醤油・ 酢・塩	303 kcal 14.1 g 9.8 g 40.9 g 0.6 g	小麦
14	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
15	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

※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	給食栄養目標量		当月平均給食栄養量			
	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	288	11.9	8.4	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 11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 (乳成分・卵・小麦・ 落花生・そば・えび・ かに・くるみ)
16	月	カレーライス マカロニサラダ スープ（れんこん・白菜） フルーツ（オレンジ）	ご飯・じゃが芋・マカロニミックス・砂糖・油	豚肉	オレンジ・きゅうり・パプリカ赤・れんこん・玉ねぎ・人参・白菜	S Bカレーの王子さま 顆粒・酒・出し汁・醤油・酢・水・塩	319 kcal 10.9 g 8.0 g 53.9 g 1.0 g	小麦
17	火	ご飯 助宗タラの竜田焼き 玉ねぎと鶏肉の煮物 みそ汁（花ふ・ワカメ） フルーツ（パイナップル）	ご飯・花ふ・砂糖・片栗粉・油	スケソウタラ・鶏肉・味噌	キャベツ・パイナップル缶・ワカメ・玉ねぎ・人参	みりん・出し汁・醤油	254 kcal 12.3 g 4.7 g 42.8 g 0.7 g	小麦
18	水	けんちんうどん かぼちゃと豚肉のともみ煮 フルーツ（バナナ）	うどん・砂糖・片栗粉・油	豆腐・豚肉	かぼちゃ・しめじ・バナナ・人参・大根・長ねぎ	みりん・酒・出し汁・醤油・塩	250 kcal 9.9 g 6.8 g 38.2 g 0.8 g	小麦
19	木	ご飯 白糸タラの甘酢漬け チンゲン菜と豚肉の炒め物 みそ汁（かぶ・油揚げ） フルーツ（りんご）	ご飯・砂糖・片栗粉・油	シロイトタラ・豚肉・味噌・油揚げ	かぶ・チンゲン菜・パプリカ黄・りんご・玉ねぎ・人参	酒・出し汁・醤油・酢・水・塩	257 kcal 10.5 g 7.1 g 39.4 g 0.7 g	小麦
20	金	ご飯 照り焼きハンバーグ きゅうりとコーンのツナサラダ みそにゅうめん（ほうれん草・ソーメン）	ごま油・ご飯・ソーメン・パン粉(注)・砂糖・油	ツナフレーク缶・鶏肉・豆乳・味噌	きゅうり・コーン・ほうれん草・玉ねぎ・人参	みりん・酒・出し汁・醤油・酢・水・塩	345 kcal 11.5 g 10.1 g 54.0 g 0.9 g	小麦
21	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	
22	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
23	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
24	火	ご飯 豚肉と野菜の生姜炒め 玉ねぎとコーンのツナサラダ みそ汁（豆腐・長ねぎ）	ご飯・砂糖・油	ツナフレーク缶・豆腐・豚肉・味噌	キャベツ・コーン・玉ねぎ・人参・生姜・長ねぎ	みりん・酒・出し汁・醤油・酢	297 kcal 12.7 g 10.3 g 40.9 g 0.7 g	小麦
25	水	ご飯 厚揚げと鶏肉のきのこ煮 さつま芋と人参のごまサラダ みそ汁（なす・ごぼう）	ごま・ごま油・ご飯・さつま芋・砂糖・片栗粉・油	鶏肉・厚揚げ・味噌	えのき茸・ごぼう・なす・玉ねぎ・小松菜・人参	酒・出し汁・醤油・酢・塩	331 kcal 14.5 g 9.9 g 49.5 g 0.7 g	小麦
26	木	三色丼 かぼちゃの甘辛炒め みそ汁（花ふ・大根）	ご飯・花ふ・砂糖・油	豚肉・味噌	かぼちゃ・パプリカ赤・ほうれん草・玉ねぎ・人参・大根	酒・出し汁・醤油・水・塩	269 kcal 10.2 g 7.5 g 43.3 g 0.6 g	小麦
27	金	ナポリタン キャベツのマヨサラダ スープ	スパゲッティ・バター・油・砂糖・マヨネーズ	鶏肉・豆腐	玉ねぎ・ピーマン・キャベツ・コーン・人参	ケチャップ・ウスターソース・塩・醤油	257 kcal 11.7 g 10.5 g 31.8 g 0.8 g	小麦
28	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
29	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
30	月	カレーライス マカロニサラダ スープ（れんこん・白菜） フルーツ（オレンジ）	ご飯・じゃが芋・マカロニミックス・砂糖・油	豚肉	オレンジ・きゅうり・パプリカ赤・れんこん・玉ねぎ・人参・白菜	S Bカレーの王子さま 顆粒・酒・出し汁・醤油・酢・水・塩	319 kcal 10.9 g 8.0 g 53.9 g 1.0 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	給食栄養目標量		当月平均給食栄養量			
	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	288	11.9	8.4	43.8	0.8

