



令和8年8月 給食献立表（3歳未満児）



日付	曜日	午前おやつ	献立名	材 料	午後おやつ	栄養価
1	土	せんべい 牛乳	豆腐のあんかけ もやしの和え物 牛乳 ごはん	木綿豆腐、砂糖、醤油、人参、えのき茸、豚挽肉、ピーマン、玉葱、油、砂糖、醤油、片栗粉 もやし、人参、菜飯の素 牛乳 米	ゼリー せんべい 麦茶	エネルギー 536 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 15.8 g 食塩相当量 1.6 g
3	月	ビスケット 麦茶	宇都宮やきそば さわやか漬け ヨーグルト	宇都宮やきそばめん、豚もも肉、ロースハム（卵・乳・小麦不使用）、キャベツ、もやし、人参、ピーマン、油、ソース 大根、胡瓜、人参、塩、レモン汁、砂糖 ヨーグルト	いももち じゃが芋、片栗粉、バター、塩 牛乳	エネルギー 515 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 16.2 g 食塩相当量 1.6 g
4	火	せんべい 牛乳	魚の味噌焼き 卵の花の炒り煮 肉団子スープ ごはん	あかうお、みそ、みりん、生姜 おから、ねぎ、牛蒡、人参、つきこんにゃく、油、砂糖、醤油 肉団子（卵・乳・小麦不使用）、玉葱、人参、青菜、水、中華だし、醤油 米	お麩のラスク 麩、バター、グラニュー糖 牛乳	エネルギー 531 kcal たんぱく質 24.1 g 脂 質 20.4 g 食塩相当量 1.7 g
5	水	コーンフレーク 牛乳	鶏肉の唐揚げ マカロニサラダ すいか 牛乳 ごはん	鶏もも肉、酒、醤油、生姜、片栗粉、油 マカロニ、人参、胡瓜、ロースハム（卵・乳・小麦不使用）、マヨネーズ（卵・乳・小麦不使用）、酢、塩、胡椒 すいか（小玉） 牛乳 米	ゆでとうもろこし とうもろこし 麦茶	エネルギー 557 kcal たんぱく質 24.4 g 脂 質 19.7 g 食塩相当量 1.3 g
6	木	せんべい 牛乳	豚肉と卵の炒めもの きゅうりの中華漬け 牛乳 ごはん	豚もも肉、醤油、酒、片栗粉、油、卵、塩、油、しめじ、玉葱、人参、ピーマン、ゆでたけのこ、油、砂糖、酒、醤油 胡瓜、塩、砂糖、醤油、酢、ごま油、いりごま 牛乳 米	ちんすこう（うるま市レシト） 小麦粉、きび砂糖、油 麦茶	エネルギー 533 kcal たんぱく質 18.4 g 脂 質 21.7 g 食塩相当量 1.2 g
7	金	クラッカー 牛乳	ポークビーンズ コーンサラダ 牛乳 パン	ゆで大豆、豚もも肉、ベーコン（卵・乳・小麦不使用）、じゃが芋、玉葱、人参、油、コンソメ、ケチャップ、ソース、塩、胡椒、砂糖 キャベツ、胡瓜、コーン、油、酢、塩、胡椒 牛乳 パン	アイスクリーム ウエハース（鉄分入り） 麦茶	エネルギー 565 kcal たんぱく質 21.7 g 脂 質 23.5 g 食塩相当量 2.0 g
8	土	せんべい 牛乳	麻婆春雨 即席漬け 牛乳 ごはん	乾燥春雨、豚挽肉、椎茸、人参、ゆでたけのこ、チンゲン菜、生姜、にんにく、ごま油、みそ、醤油、酒、片栗粉、いりごま 大根、胡瓜、塩 牛乳 米	バナナ せんべい 麦茶	エネルギー 482 kcal たんぱく質 14.5 g 脂 質 12.4 g 食塩相当量 1.3 g
10	月	ビスケット 牛乳	肉団子のコーン蒸し ごまあえ トマト 牛乳 ごはん	豚挽肉、玉葱、生姜、塩、醤油、酒、片栗粉、コーン 青菜、もやし、人参、砂糖、醤油、すりごま トマト 牛乳 米	かぼちゃドーナツ 南瓜、卵、砂糖、小麦粉、ベーキングパウダー、バター、油 麦茶	エネルギー 564 kcal たんぱく質 20.1 g 脂 質 22.6 g 食塩相当量 1.1 g
11	火	山 の 日				
12	水	コーンフレーク 牛乳	鶏肉の照り焼き きんぴら風煮 じゃがいものみそ汁 ごはん	鶏もも肉、醤油、みりん、砂糖 牛蒡、大根、人参、つきこんにゃく、さつま揚げ（卵・乳・小麦不使用）、さやいんげん、ごま油、砂糖、醤油、酒 じゃが芋、オクラ、みそ、煮干し、水 米	ブルーン ブルーン（種なし） おかし 牛乳	エネルギー 479 kcal たんぱく質 22.9 g 脂 質 12.9 g 食塩相当量 1.6 g
13	木	せんべい 牛乳	高野豆腐の卵とじ もやしの和え物 牛乳 ごはん	高野豆腐、ツナ缶、椎茸、人参、玉葱、みつば、油、砂糖、醤油、卵、焼きのり、水、かつお節 もやし、人参、わかめご飯の素 牛乳 米	ココア蒸しパン 蒸しパンの素、スキムミルク、ミルクココア、水 麦茶	エネルギー 509 kcal たんぱく質 21.4 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 1.6 g
14	金	ビスケット 牛乳	冷麦 さつまいものサラダ バナナ 牛乳	干しひやむぎ、胡瓜、みかん缶、卵、めんつゆ・3倍濃縮、水 さつまいも、胡瓜、人参、マヨネーズ（卵・乳・小麦不使用）、酢、塩、胡椒 バナナ 牛乳	鮭おにぎり 米、鮭フレーク、いりごま 大根の浅漬け 大根、大根の葉、塩 麦茶	エネルギー 548 kcal たんぱく質 17.4 g 脂 質 14.5 g 食塩相当量 3.4 g
15	土	せんべい 牛乳	ツナカレー スティックきゅうり 牛乳 ごはん	ツナ缶、じゃが芋、人参、玉葱、グリーンピース、油、カレールウ（卵・乳・小麦不使用） 胡瓜、塩 牛乳 米	ゼリー せんべい 麦茶	エネルギー 509 kcal たんぱく質 17.7 g 脂 質 10.4 g 食塩相当量 2.0 g
17	月	せんべい 牛乳	ヒレカツ ごぼうサラダ 牛乳 ごはん	豚ヒレ肉、塩、胡椒、小麦粉、卵、パン粉、油、ソース 牛蒡、人参、胡瓜、ツナ缶、マヨネーズ（卵・乳・小麦不使用）、酢、ごまドレッシング（卵・乳・小麦不使用） 牛乳 米	チーズ（鉄分入り） クラッカー 麦茶	エネルギー 565 kcal たんぱく質 26.1 g 脂 質 22.3 g 食塩相当量 1.5 g



令和8年8月 給食献立表（3歳未満児）



日付	曜日	午前おやつ	献立名	材 料	午後おやつ	栄養価
18	火	ビスケット 牛乳	鶏肉の五目炒め ブロッコリーのだし醤油あえ 牛乳 若菜ごはん	鶏もも肉、酒、塩、片栗粉、ごま油、つきこんにやく、しめじ、人参、ゆでたけのこ、さやいんげん、ごま油、中華だし、砂糖、醤油、片栗粉、水 ブロッコリー、醤油、水、かつお節 牛乳 米、菜飯の素	ジャムサンド 食パン、ジャム 麦茶	エネルギー 513 kcal たんぱく質 22.0 g 脂 質 13.5 g 食塩相当量 1.8 g
19	水	せんべい 牛乳	【食育の日】 麻婆豆腐(なす入り) 切干大根のナムル 牛乳 ごはん	木綿豆腐、なす、豚挽肉、玉葱、椎茸、人参、にら、生姜、にんにく、ごま油、みそ、醤油、酒、片栗粉 切干大根、人参、胡瓜、コーン、ごま油、醤油、酢、塩 牛乳 米 宇都宮市食育応援キャラクター 「忍者 食丸(しょくまる)くん」	りんごゼリー ゼリーの素、水、りんごジュース せんべい 麦茶	エネルギー 509 kcal たんぱく質 17.3 g 脂 質 14.5 g 食塩相当量 1.5 g
20	木	ヨーグルト 麦茶	魚のピカタ ひじきサラダ 雷汁 ごはん	鮭、塩・胡椒、小麦粉、卵、乾燥パセリ、油、ケチャップ ひじき、砂糖、醤油、人参、胡瓜、キャベツ、醤油、酢、油 大根、人参、木綿豆腐、ねぎ、ごま油、水、かつお節、みそ 米	マドレーヌ 小麦粉、砂糖、卵、バター、レモン汁、ベーキングパウダー 牛乳	エネルギー 530 kcal たんぱく質 25.5 g 脂 質 20.2 g 食塩相当量 1.4 g
21	金	コーンフレーク 牛乳	南瓜のグラタン トマトサラダ 牛乳 パン	南瓜、バター、豚挽肉、玉葱、油、塩・胡椒、小麦粉、水、ケチャップ、チーズ トマト、胡瓜、玉葱、酢、油、塩・胡椒、乾燥パセリ 牛乳 パン	すいか すいか(小玉) せんべい 麦茶	エネルギー 504 kcal たんぱく質 18.4 g 脂 質 19.9 g 食塩相当量 1.9 g
22	土	せんべい 牛乳	すき焼き風煮 ゆかり漬け 牛乳 ごはん	豚もも肉、焼き豆腐、糸こんに、人参、玉葱、じゃが芋、油、砂糖、醤油 大根、胡瓜、ゆかり、塩 牛乳 米	ゼリー せんべい 麦茶	エネルギー 531 kcal たんぱく質 20.1 g 脂 質 14.0 g 食塩相当量 1.5 g
24	月	せんべい 牛乳	餃子 干瓢のごま酢和え 中華卵スープ ごはん	餃子、油 胡瓜、干瓢、人参、油揚げ、すりごま、酢、砂糖、醤油、塩 卵、にら、えのき茸、水、中華だし、塩・胡椒 米	オレンジ クラッカー 牛乳	エネルギー 557 kcal たんぱく質 19.1 g 脂 質 18.8 g 食塩相当量 1.7 g
25	火	ビスケット 牛乳	夏野菜カレー スティックきゅうり 牛乳 ごはん	豚挽肉、ベーコン(卵・乳・小麦不使用)、南瓜、人参、玉葱、ピーマン、なす、トマト、油、カレールウ 胡瓜、塩 牛乳 米	水ようかん こしあん(生)、水、粉寒天 せんべい 麦茶	エネルギー 513 kcal たんぱく質 17.9 g 脂 質 17.6 g 食塩相当量 2.1 g
26	水	ヨーグルト 麦茶	魚のおろし煮 スパゲティサラダ もやしのみそ汁 ごはん	さば、砂糖、醤油、みりん、生姜、大根 サラダ用スパゲティ、胡瓜、コーン、キャベツ、ツナ缶、トマト、酢、油、塩・胡椒 もやし、わかめ、みそ、煮干し、水 米	パインケーキ ホットケーキ粉、卵、牛乳、パイン缶、バター 牛乳	エネルギー 525 kcal たんぱく質 23.4 g 脂 質 19.0 g 食塩相当量 1.5 g
27	木	せんべい 牛乳	竹輪の二色揚げ キャベツのなめたけ和え 牛乳 ごはん	ちくわ(卵・乳・小麦不使用)、小麦粉、卵、カレー粉、青のり、油 キャベツ、小松菜、人参、なめたけ、塩 牛乳 米	冷麦 干しひやむぎ、胡瓜、みかん缶、水、めんつゆ・3倍濃縮 麦茶	エネルギー 539 kcal たんぱく質 16.3 g 脂 質 15.5 g 食塩相当量 3.1 g
28	金	クラッカー 麦茶	米粉のハンバーグ ドイツ風ポテトサラダ 牛乳 パン	合挽肉、おから、玉葱、油、塩・胡椒、豆乳、酒、上新粉、ケチャップ、ソース、砂糖 じゃが芋、玉葱、ウイナー(卵・乳・小麦不使用)、ピーマン、酢、油、塩・胡椒 牛乳 パン	枝豆おにぎり 米、混ぜごはんの素、むき枝豆(国産) 麦茶	エネルギー 537 kcal たんぱく質 23.1 g 脂 質 20.0 g 食塩相当量 2.0 g
29	土	せんべい 牛乳	肉じゃが きゅうりの土佐和え 牛乳 ごはん	豚もも肉、じゃが芋、人参、玉葱、グリーンピース、油、砂糖、醤油、酒 胡瓜、うめ干し、かつお節 牛乳 米	バナナ せんべい 麦茶	エネルギー 508 kcal たんぱく質 17.3 g 脂 質 12.2 g 食塩相当量 1.5 g
31	月	コーンフレーク 牛乳	鶏肉のさっぱり煮 おかか和え 牛乳 ごはん	鶏手羽肉、卵、酢、醤油、砂糖、生姜、にんにく 青菜、人参、えのき茸、醤油、かつお節 牛乳 米	お好み焼き お好み焼き粉、卵、ソース、トマト(卵・乳・小麦不使用)、キャベツ、油、ソース、かつお節、醤油 麦茶	エネルギー 561 kcal たんぱく質 30.4 g 脂 質 17.5 g 食塩相当量 2.9 g

【目標値】エネルギー533kcal、たんぱく質21.3g、脂質17.2g、食塩相当量1.6g(3歳未満児)

【平均値】エネルギー529kcal、たんぱく質20.8g、脂質17.1g、食塩相当量1.8g

※食べたことのない食品・食材がある場合には、必ず事前に職員へお知らせください。

※歯の生え方や咀嚼力等の発育・発達に応じて、練り製品、こんにやく、丸いもの等は切り方や大きさに配慮して調理し、食事の際に声掛けや見守りを行っています。

※食材の調達等の状況により、献立及び食材が一部変更となる場合があります。

※青菜は、ほうれん草または小松菜を使用します。

※土曜日は3大アレルゲン(卵・乳・小麦)不使用の献立を実施しています。(飲用牛乳除く)

※毎月19日は食育の日です。19日(水)は3大アレルゲン(卵・乳・小麦)不使用の献立を実施します。(飲用牛乳除く)

※食育推進の観点から、お米は「宇都宮市産コシヒカリ(みやおとめ米)」を使用しています。