



令和8年9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	火	ヨーグルト 麦茶	ジャージャー麺 もやしのナムル バナナ 牛乳	生中華めん、豚挽肉、玉葱、人参、生姜、油、みそ、酒、醤油、みりん、中華だし、水、片栗粉、いりごま もやし、胡瓜、人参、ごま油、砂糖、酢、醤油 バナナ 牛乳	【防災の日献立】 ビスコ(ミルク) 麦茶 	エネルギー 540 kcal たんぱく質 20.7 g 脂 質 19.2 g 食塩相当量 2.3 g
2	水	せんべい 牛乳	干草焼き 即席漬け なめこ汁 わかめごはん	卵、豚挽肉、人参、玉葱、椎茸、ピーマン、油、砂糖、塩 大根、胡瓜、塩 なめこ、ねぎ、みそ、水、かつお節 米、わかめご飯の素	さつまいも蒸しパン 蒸しパンの素、スキムミルク、水、さつまいも 牛乳	エネルギー 498 kcal たんぱく質 19.9 g 脂 質 13.5 g 食塩相当量 1.8 g
3	木	ビスケット 牛乳	ポテトコロッケ フレンチサラダ 牛乳 パン	じゃが芋、玉葱、豚挽肉、油、塩・胡椒、小麦粉、卵、パン粉、油、ソース キャベツ、人参、コーン、酢、油、塩・胡椒 牛乳 パン	フルーツヨーグルト プレーンヨーグルト、バナナ、パイナップル、みかん缶 麦茶	エネルギー 576 kcal たんぱく質 19.6 g 脂 質 24.3 g 食塩相当量 1.5 g
4	金	クラッカー 牛乳	魚の照り焼き ひじきの炒り煮 春雨スープ ごはん	ぶり、醤油、みりん、砂糖 ひじき、人参、油揚げ、さやいんげん、油、水、かつお節、砂糖、醤油 乾燥春雨、ベーコン(卵・乳・小麦不使用)、人参、青菜、えのき茸、水、中華だし、塩、ごま油 米	マカロニあべかわ マカロニ、きな粉、砂糖、塩 牛乳	エネルギー 570 kcal たんぱく質 27.5 g 脂 質 21.4 g 食塩相当量 1.6 g
5	土	せんべい 牛乳	豆腐のあんかけ スティックきゅうり 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 胡瓜、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 21.7 g 脂 質 15.8 g 食塩相当量 1.8 g
7	月	ビスケット 麦茶	大豆のかきあげ 酢の物 牛乳 ごはん	ウインナー(卵・乳・小麦不使用)、ゆで大豆、玉葱、人参、ピーマン、卵、小麦粉、油、醤油、みりん、砂糖、水 胡瓜、わかめ、みかん缶、酢、塩、砂糖 牛乳 米	梨 せんべい 麦茶	エネルギー 517 kcal たんぱく質 13.6 g 脂 質 19.2 g 食塩相当量 1.5 g
8	火	コーンフレーク 牛乳	豚肉の柳川風 ゆかり漬け すまし汁 ごはん	豚もも肉、牛蒡、玉葱、人参、油、水、かつお節、砂糖、酒、醤油、卵 大根、胡瓜、ゆかり、塩 花麩、万能ねぎ、醤油、塩、水、かつお節 米	ホットケーキ ホットケーキ粉、牛乳、卵、バター、マーブルシロップ 牛乳	エネルギー 524 kcal たんぱく質 21.8 g 脂 質 16.1 g 食塩相当量 1.7 g
9	水	クラッカー 麦茶	ポークカレー おからサラダ 牛乳 ごはん	豚もも肉、じゃが芋、玉葱、人参、グリーンピース、油、カレールウ おから、ブロッコリー、ロースハム(卵・乳・小麦不使用)、マヨネーズ(卵・乳・小麦不使用)、醤油、砂糖 牛乳 米	いちごミルクプリン 水、砂糖、寒天、牛乳、いちごジャム、水 せんべい 麦茶	エネルギー 532 kcal たんぱく質 18.1 g 脂 質 17.5 g 食塩相当量 2.1 g
10	木	ビスケット 牛乳	豆腐とツナのソース焼き キャベツのしらす和え 牛乳 ごはん	絞り豆腐、ツナ缶、玉葱、パン粉、卵、塩・胡椒、油、ソース、ケチャップ、砂糖 キャベツ、小松菜、コーン、しらす干し、醤油 牛乳 米	きなこ揚げパン コッペパン、きな粉、砂糖、塩、油 麦茶	エネルギー 570 kcal たんぱく質 21.7 g 脂 質 19.8 g 食塩相当量 1.6 g
11	金	ヨーグルト 麦茶	さばの味噌煮 ごまあえ 牛乳 ごはん	さば、生姜、砂糖、醤油、みそ 青菜、もやし、人参、砂糖、醤油、すりごま 牛乳 米	ポテトピザ ピザ生地、トマトソース、チーズ、ポテト、ピーマン、パプリカ、オリーブオイル、塩、胡椒 麦茶	エネルギー 468 kcal たんぱく質 22.0 g 脂 質 18.1 g 食塩相当量 1.3 g
12	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	ゼリー せんべい 麦茶	エネルギー 492 kcal たんぱく質 15.5 g 脂 質 12.3 g 食塩相当量 1.3 g
14	月	せんべい 牛乳	八宝菜 さつまいものレモン煮 牛乳 ごはん	豚もも肉、さつまいも、玉葱、人参、ゆでたけのこ、玉葱、生姜、グリーンピース、油、中華だし、醤油、みりん、片栗粉 さつまいも、レモン汁、砂糖、塩 牛乳 米	ドーナツ 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、卵、牛乳、バター、油、粉砂糖 麦茶	エネルギー 573 kcal たんぱく質 18.8 g 脂 質 18.4 g 食塩相当量 1.2 g
15	火	ビスケット 牛乳	モロのフライ 大根とハムのサラダ 牛乳 ごはん	モロ、塩・胡椒、小麦粉、卵、パン粉、油、ソース 大根、人参、胡瓜、ロースハム(卵・乳・小麦不使用)、油、酢、塩・胡椒 牛乳 米	オレンジ せんべい 麦茶	エネルギー 528 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 24.1 g 食塩相当量 1.3 g



令和8年9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
16	水	クラッカー 牛乳	高野豆腐の含め煮 きゅうりの土佐和え にら玉汁 ごはん	高野豆腐、里芋、人参、つきこんにやく、れんこん、昆布、さつま揚げ(卵・乳・小麦不使用)、醤油、砂糖、みりん 胡瓜、うめ干し、かつお節 にら、卵、醤油、塩、水、かつお節 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 538 kcal たんぱく質 20.6 g 脂 質 19.8 g 食塩相当量 2.3 g
17	木	コーンフレーク 牛乳	鶏肉のマーマレード焼き 南瓜のサラダ 牛乳 パン	鶏もも肉、塩・胡椒、醤油、マーマレード 南瓜、胡瓜、人参、マヨネーズ(卵・乳・小麦不使用)、酢、塩・胡椒 牛乳 パン	焼きビーフン(カレー味) ビーフン(鶏)、鶏もも肉、キャベツ、玉葱、人参、塩、醤油、中華だし、カレー粉 麦茶	エネルギー 490 kcal たんぱく質 25.3 g 脂 質 18.1 g 食塩相当量 2.0 g
18	金	せんべい 牛乳	【食育の日】 肉じゃが おかか和え 牛乳 ごはん	豚もも肉、じゃが芋、人参、玉葱、糸こんにゃく、油、砂糖、醤油、酒 キャベツ、青菜、醤油、かつお節 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」	ぶどうゼリー ゼリーの素、水、ぶどうジュース せんべい 麦茶	エネルギー 512 kcal たんぱく質 17.5 g 脂 質 12.3 g 食塩相当量 1.5 g
19	土	せんべい 牛乳	豚肉と生揚げの味噌炒め トマト 牛乳 ごはん	豚もも肉、醤油、酒、ピーマン、生揚げ、キャベツ、玉葱、人参、油、みそ、砂糖、醤油、片栗粉 トマト 牛乳 米	バナナ せんべい 麦茶	エネルギー 508 kcal たんぱく質 18.8 g 脂 質 15.3 g 食塩相当量 0.9 g
21	月	敬老の日				
22	火	国民の休日				
23	水	秋分の日				
24	木	せんべい 牛乳	麻婆豆腐 もやしの和え物 牛乳 ごはん	木綿豆腐、豚挽肉、玉葱、椎茸、にら、生姜、にんにく、ごま油、みそ、醤油、酒、片栗粉 もやし、人参、菜飯の素 牛乳 米	フレンチトースト パン、牛乳、卵、砂糖、バター 麦茶	エネルギー 549 kcal たんぱく質 23.6 g 脂 質 19.7 g 食塩相当量 1.4 g
25	金	ヨーグルト 麦茶	【お月見会食】 さつまいもごはん 鶏肉のかりん揚げ スティックきゅうり 味噌けんちん汁 お月見ゼリー	米、塩、さつまいも、白ごま 鶏もも肉、片栗粉、油、砂糖、みりん、醤油、水、生姜、いりごま 胡瓜、塩 大根、人参、つきこんにやく、牛蒡、ごま油、木綿豆腐、ねぎ、水、かつお節、醤油、みそ お月見ゼリー	梨 せんべい 牛乳	エネルギー 506 kcal たんぱく質 23.4 g 脂 質 14.3 g 食塩相当量 2.0 g
26	土	せんべい 牛乳	チキンカレー さわやか漬け 牛乳 ごはん	鶏もも肉、じゃが芋、玉葱、人参、グリーンピース、油、カレールウ(卵・乳・小麦不使用) 大根、胡瓜、人参、塩、レモン汁、砂糖 牛乳 米	ゼリー せんべい 麦茶	エネルギー 517 kcal たんぱく質 17.8 g 脂 質 10.9 g 食塩相当量 1.8 g
28	月	ビスケット 牛乳	親子煮 ほうれん草の海苔和え 牛乳 ごはん	卵、鶏むね肉、なると(卵・乳・小麦不使用)、玉葱、人参、えのき茸、みつば、砂糖、醤油、水、かつお節 ほうれん草、もやし、焼きのり、醤油、水、かつお節 牛乳 米	ヨーグルト せんべい 麦茶	エネルギー 492 kcal たんぱく質 23.7 g 脂 質 14.8 g 食塩相当量 1.5 g
29	火	せんべい 麦茶	チリコンカン コールスローサラダ 牛乳 パン	中野大豆、合挽肉、ベーコン(卵・乳・小麦不使用)、玉葱、人参、マッシュルーム、グリーンピース、トマト缶、油、コンソメ、トマトピューレ、ケチャップ、ウスターソース、塩、胡椒、砂糖 キャベツ、人参、ピーマン、コーン、マヨネーズ(卵・乳・小麦不使用)、プレーンヨーグルト、砂糖、塩・胡椒 牛乳 パン	焼きおにぎり 米、かつお節、醤油、みりん、醤油 麦茶	エネルギー 493 kcal たんぱく質 18.7 g 脂 質 15.6 g 食塩相当量 2.2 g
30	水	コーンフレーク 牛乳	豚肉の生姜焼き 春雨サラダ わかめの中華スープ ごはん	豚ロース肉、玉葱、生姜、醤油、みりん、油 乾燥春雨、人参、胡瓜、ロースハム(卵・乳・小麦不使用)、醤油、酢、塩、ごま油 わかめ、ねぎ、中華だし、塩・胡椒、水 米	きなこバナナ バナナ、きな粉、砂糖、塩 牛乳	エネルギー 541 kcal たんぱく質 21.3 g 脂 質 19.4 g 食塩相当量 1.8 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525kcal、たんぱく質20.6g、脂質17.4g、食塩相当量1.7g

※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。18日(金)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。