



令和7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	月	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	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 533 kcal たんぱく質 21.6 g 脂 質 14.6 g 食塩相当量 2.4 g
2	火	せんべい 牛乳	千草焼き 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	【防災の日献立】 ビスコ(ミルク) 牛乳 	エネルギー 508 kcal たんぱく質 19.0 g 脂 質 17.9 g 食塩相当量 1.7 g
3	水	クラッカー 麦茶	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、バイン缶、みかん缶 麦茶	エネルギー 515 kcal たんぱく質 16.6 g 脂 質 20.4 g 食塩相当量 1.5 g
4	木	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	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 麦茶	エネルギー 573 kcal たんぱく質 28.1 g 脂 質 16.2 g 食塩相当量 2.2 g
5	金	ビスケット 牛乳	焼き魚 ひじきの炒り煮 どさんこ汁 ごはん	ほっけ、塩 ひじき、人参、油揚げ、さやいんげん、油、水、かつお節、砂糖、醤油 豚もも肉、じゃが芋、玉葱、人参、もやし、コーン、にんにく、ごま油、みそ、水、かつお節、バター 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 538 kcal たんぱく質 28.1 g 脂 質 16.8 g 食塩相当量 1.5 g
6	土	せんべい 牛乳	すき焼き風煮 スティックきゅうり 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 胡瓜、塩 牛乳 米	米粉のマフィン お米deマフィン 麦茶	エネルギー 516 kcal たんぱく質 19.3 g 脂 質 15.7 g 食塩相当量 1.5 g
8	月	クラッカー 麦茶	大豆のかきあげ 酢の物 牛乳 ごはん	ウインナー、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	アイスクリーム ウエハース(鉄分入り) 麦茶	エネルギー 605 kcal たんぱく質 15.7 g 脂 質 25.5 g 食塩相当量 1.6 g
9	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 花麴、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、メープルシロップ 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
10	水	ビスケット 麦茶	ポークカレー おからサラダ 梨 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、マヨネーズ、醤油、砂糖 なし 牛乳 米	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 535 kcal たんぱく質 15.6 g 脂 質 16.4 g 食塩相当量 1.9 g
11	木	せんべい 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	ジャムサンド 食パン、ジャム 麦茶	エネルギー 522 kcal たんぱく質 20.8 g 脂 質 12.5 g 食塩相当量 1.7 g
12	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、青豆、バター、ペーコン、ピーマン、パプリカ、ケチャップ、スライスチーズ 麦茶	エネルギー 479 kcal たんぱく質 21.8 g 脂 質 19.4 g 食塩相当量 1.3 g
13	土	せんべい 牛乳	そぼろ煮 即席漬け 牛乳 ごはん	豚挽肉、じゃが芋、人参、玉葱、グリーンピース、油、砂糖、醤油、酒 大根、胡瓜、塩 牛乳 米	ゼリー せんべい 麦茶	エネルギー 519 kcal たんぱく質 17.8 g 脂 質 12.6 g 食塩相当量 1.5 g
15	月	敬老の日				
16	火	ビスケット 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、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	スイートポテト さつまいも、バター、砂糖、牛乳、卵 牛乳	エネルギー 531 kcal たんぱく質 19.9 g 脂 質 14.8 g 食塩相当量 1.9 g



令和7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
17	水	クラッカー 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、油、酢、塩・胡椒 牛乳 米	オレンジ おかし 麦茶	エネルギー 539 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 25.9 g 食塩相当量 1.4 g
18	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 ミネストローネスープ 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、酢、塩・胡椒 ベーコン、玉葱、人参、セロリ、マッシュルーム缶、油、マカロニ、チーズ、水、コンソメ、トマトジュース缶、塩・胡椒 パン	焼きビーフン(カレー味) ビーフン(乾)、豚もも肉、キャベツ、玉葱、人参、油、醤油、中華だし、カレー粉 牛乳	エネルギー 561 kcal たんぱく質 28.7 g 脂 質 22.6 g 食塩相当量 2.6 g
19	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	牛もも肉、じゃが芋、人参、玉葱、糸こんに、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」	梨 せんべい 麦茶	エネルギー 478 kcal たんぱく質 17.5 g 脂 質 11.9 g 食塩相当量 1.5 g
20	土	せんべい 牛乳	チキンカレー バナナ 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、アレルギー不使用カレールウ バナナ 牛乳 米	米粉のタルト お米deタルト 麦茶	エネルギー 568 kcal たんぱく質 17.8 g 脂 質 13.4 g 食塩相当量 1.6 g
22	月	せんべい 牛乳	八宝菜 さつまいものオレンジ煮 牛乳 ごはん	豚もも肉、さつま揚げ、なると、人参、キャベツ、椎茸、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 さつまいもの、オレンジジュース、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 571 kcal たんぱく質 18.9 g 脂 質 18.6 g 食塩相当量 1.2 g
23	火	秋 分 の 日				
24	水	コーンフレーク 牛乳	肉団子のコーン蒸し わかめサラダ 牛乳 ごはん	豚挽肉、玉葱、生姜、塩、醤油、酒、片栗粉、コーン キャベツ、トマト、胡瓜、わかめ、油、酢、醤油、塩・胡椒 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 551 kcal たんぱく質 22.1 g 脂 質 20.6 g 食塩相当量 1.6 g
25	木	ビスケット 牛乳	魚の照り焼き 五目煮豆 春雨スープ ごはん	魚、醤油、みりん、砂糖 ゆで大豆、人参、つきこんにやく、牛蒡、昆布、砂糖、醤油 乾燥春雨、ベーコン、人参、青菜、えのき茸、水、中華だし、塩、ごま油 米	大学いも さつまいもの、油、砂糖、醤油、水、黒ごま 牛乳	エネルギー 578 kcal たんぱく質 24.3 g 脂 質 18.9 g 食塩相当量 1.5 g
26	金	ヨーグルト 麦茶	チリコンカン コールスローサラダ 牛乳 パン	ゆで大豆、合挽肉、ベーコン、玉葱、人参、マッシュルーム缶、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、プレーンヨーグルト、砂糖、塩・胡椒 牛乳 パン	おにぎり 米、混ぜごはんの素 きゅうりの浅漬け 胡瓜、塩 麦茶	エネルギー 491 kcal たんぱく質 19.7 g 脂 質 18.7 g 食塩相当量 2.4 g
27	土	せんべい 牛乳	肉野菜炒め オレンジ 牛乳 ごはん	豚もも肉、しめじ、チンゲン菜、玉葱、人参、もやし、油、砂糖、みりん、醤油 オレンジ 牛乳 米	ゼリー せんべい 麦茶	エネルギー 506 kcal たんぱく質 17.6 g 脂 質 12.6 g 食塩相当量 1.2 g
29	月	ビスケット 牛乳	インド煮 ほうれん草の海苔和え 牛乳 ごはん	じゃが芋、つきこんにやく、豚もも肉、さつま揚げ、人参、玉葱、油、砂糖、ケチャップ、醤油、カレー粉 ほうれん草、もやし、焼きのり、醤油、水、かつお節 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 525 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 14.8 g 食塩相当量 1.5 g
30	火	せんべい 麦茶	豚肉の生姜焼き スパゲティサラダ 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 サラダ用スパゲティ、胡瓜、コーン、キャベツ、ツナ缶、トマト、マヨネーズ、酢、塩・胡椒 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 519 kcal たんぱく質 18.4 g 脂 質 19.3 g 食塩相当量 1.5 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533kcal、たんぱく質20.5g、脂質17.3g、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しています。

※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大アレルギー(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(金)は3大アレルギー(卵・乳・小麦)不使用の献立を実施します。(飲用牛乳除く)

※9月2日は防災の日(9月1日)献立として、災害用に備蓄しているビスコに食べ慣れる機会として実施します。