



# 令和8年4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	水	ビスケット	鶏肉の唐揚げ 春野菜のごま和え 牛乳 ごはん	鶏もも肉、酒、醤油、生姜、片栗粉、油 キャベツ、アスパラガス、人参、砂糖、醤油、すりごま 牛乳 米	<b>【市制130周年記念献立】</b> いちごのロールケーキ <small>いちごロールケーキ、どちあいか(いちご)、ホイップクリーム</small> 麦茶	エネルギー 516 kcal たんぱく質 21.6 g 脂 質 20.5 g 食塩相当量 1.0 g
		ヨーグルト 麦茶	南瓜のグラタン ごぼうサラダ 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 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 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 520 kcal たんぱく質 20.2 g 脂 質 19.4 g 食塩相当量 1.8 g
3	金	クラッカー	親子煮 ゆかり漬け 豆腐のみそ汁 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 大根、胡瓜、ゆかり、塩 木綿豆腐、わかめ、ねぎ、みそ、煮干し、水 米	ジャムサンド 食パン、ジャム 牛乳	エネルギー 567 kcal たんぱく質 26.2 g 脂 質 15.4 g 食塩相当量 2.2 g
		せんべい 牛乳	麻婆春雨 きゅうりの中華漬け 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 胡瓜、塩、砂糖、醤油、酢、ごま油、いりごま 牛乳 米	バナナ せんべい 麦茶	エネルギー 493 kcal たんぱく質 14.8 g 脂 質 13.4 g 食塩相当量 1.4 g
6	月	ビスケット	チキンカレー フレンチサラダ 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) キャベツ、人参、コーン、酢、油、塩・胡椒 牛乳 米	フルーツヨーグルト ブルーヨーグルト、バナナ、パイン缶、みかん缶 麦茶	エネルギー 526 kcal たんぱく質 17.4 g 脂 質 15.2 g 食塩相当量 1.6 g
		コーンフレーク 牛乳	高野豆腐の含め煮 おかか和え 牛乳 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 青菜、人参、えのき茸、醤油、かつお節 牛乳 米	ドーナツ <small>小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、卵、牛乳、バター、油、砂糖</small> 麦茶	エネルギー 492 kcal たんぱく質 17.3 g 脂 質 15.2 g 食塩相当量 1.7 g
8	水	せんべい 牛乳	鶏肉の五目炒め スティックきゅうり アセロラゼリー(鉄分入り) 牛乳 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 胡瓜、塩 アセロラゼリー(鉄分入り) 牛乳 米	焼きそば 焼きそばめん、鶏もも肉、キャベツ、人参、油、ソース 麦茶	エネルギー 504 kcal たんぱく質 20.9 g 脂 質 13.1 g 食塩相当量 1.7 g
		ビスケット	チリコンカン マカロニサラダ 牛乳 パン	ゆで大豆、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 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 牛乳 パン	いももち じゃが芋、片栗粉、バター、塩 麦茶	エネルギー 577 kcal たんぱく質 22.7 g 脂 質 24.6 g 食塩相当量 2.4 g
10	金	ヨーグルト 麦茶	魚のパーベキューソース キャベツのなめたけ和え 牛乳 ごはん	かれい、塩・胡椒、片栗粉、油、りんご、レモン汁、酒、みりん、醤油、酢、砂糖 キャベツ、小松菜、人参、なめたけ、塩 牛乳 米	マドレーヌ <small>小麦粉、砂糖、卵、バター、レモン汁、ベーキングパウダー</small> 麦茶	エネルギー 469 kcal たんぱく質 18.8 g 脂 質 17.1 g 食塩相当量 1.3 g
		せんべい 牛乳	肉じゃが もやし和え物 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 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 523 kcal たんぱく質 18.8 g 脂 質 12.2 g 食塩相当量 1.4 g
13	月	ビスケット	豚肉の柳川風 酢の物 牛乳 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 胡瓜、わかめ、しらす干し、酢、塩、砂糖 牛乳 米	ココアプリン ココアプリンの素、牛乳 せんべい 麦茶	エネルギー 526 kcal たんぱく質 20.5 g 脂 質 17.2 g 食塩相当量 1.4 g
		せんべい 牛乳	コーンシチュー ブロッコリーサラダ 牛乳 パン	鶏もも肉、じゃが芋、玉葱、人参、コーン、マッシュルーム缶、スキムミルク、シチューの素、油 ブロッコリー、トマト、玉葱、ロースハム(卵・乳・小麦不使用)、酢、油、塩・胡椒 牛乳 パン	おにぎり 米、混ぜごはんの素 かぶの浅漬け かぶ、かぶの葉、塩 麦茶	エネルギー 568 kcal たんぱく質 22.7 g 脂 質 19.3 g 食塩相当量 2.7 g
15	水	クラッカー	魚の味噌焼き 切干大根の煮付け にら玉汁 ごはん	あかうお、みそ、みりん、生姜 切干大根、人参、油揚げ、さやいんげん、ごま油、砂糖、醤油 にら、卵、醤油、塩、水、かつお節 米	お麩のラスク 麩、バター、グラニュー糖 牛乳	エネルギー 520 kcal たんぱく質 25.3 g 脂 質 21.2 g 食塩相当量 1.7 g
		ヨーグルト 麦茶	チーズはんぺんフライ ひじきサラダ 牛乳 ごはん	チーズはんぺんフライ(卵・乳・小麦含む)、油、ソース ひじき、砂糖、醤油、人参、胡瓜、キャベツ、醤油、酢、油 牛乳 米	バナナ ビスケット 麦茶	エネルギー 477 kcal たんぱく質 13.6 g 脂 質 15.4 g 食塩相当量 1.4 g



# 令和8年4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	金	せんべい 牛乳	<b>【食育の日】</b> 鶏肉のソース焼き 卵の花の炒り煮 じゃがいものみそ汁 ごはん	鶏もも肉、玉葱、ソース、ケチャップ おから、ねぎ、牛蒡、人参、つきこんにやく、油、砂糖、醤油 じゃが芋、玉葱、小松菜、みそ、煮 米 	米粉のマフィン お米deマフィン 牛乳	エネルギー 507 kcal たんぱく質 23.1 g 脂 質 14.2 g 食塩相当量 1.8 g	
18	土	せんべい 牛乳	豚肉と生揚げの味噌炒め さつまいものレモン煮 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 さつまいも、レモン汁、砂糖、塩 牛乳 米	グレープフルーツ せんべい 麦茶	エネルギー 539 kcal たんぱく質 19.0 g 脂 質 15.3 g 食塩相当量 1.0 g	
20	月	コーンフレーク 牛乳	麻婆豆腐 もやしのナムル 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、胡瓜、人参、ごま油、砂糖、酢、醤油 牛乳 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 麦茶	エネルギー 548 kcal たんぱく質 21.7 g 脂 質 18.4 g 食塩相当量 1.4 g	
21	火	せんべい 牛乳	魚のピカタ 春野菜ソテー 南瓜のポターージュ パン	鮭、塩・胡椒、小麦粉、卵、乾燥パセリ、油、ケチャップ キャベツ、アスパラガス、コーン、ウインナー(卵・乳・小麦不使用)、コンソメ、塩・胡椒、油 かぼちゃ(うらごし)、牛乳、生クリーム、コンソメ、塩・胡椒、乾燥パセリ パン	チーズ(鉄分入り) クラッカー 麦茶	エネルギー 521 kcal たんぱく質 27.4 g 脂 質 20.2 g 食塩相当量 2.5 g	
22	水	ビスケット 牛乳	すき焼き風煮 ほうれん草の海苔和え 牛乳 ごはん	牛もも肉、焼き豆腐、糸こんにゃく、人参、玉葱、じゃが芋、油、砂糖、醤油 ほうれん草、もやし、焼きのり、醤油、水、かつお節 牛乳 米	みかんゼリー ゼリーの素、水、オレンジジュース、みかん缶 せんべい 麦茶	エネルギー 534 kcal たんぱく質 19.8 g 脂 質 14.6 g 食塩相当量 1.3 g	
23	木	ヨーグルト 麦茶	干草焼き 即席漬け えのきのみそ汁 ひじきごはん	卵、豚挽肉、人参、玉葱、椎茸、ピーマン、油、砂糖、塩 かぶ、胡瓜、塩 えのき茸、油揚げ、みそ、煮干し、水 米、ひじきごはんの素	きなこ揚げパン コッペパン、きな粉、砂糖、塩、油 牛乳	エネルギー 524 kcal たんぱく質 20.7 g 脂 質 20.5 g 食塩相当量 1.9 g	
24	金	ビスケット 牛乳	スパゲティナポリタン コールスローサラダ オレンジ 牛乳	スパゲティ、ウインナー(卵・乳・小麦不使用)、玉葱、ピーマン、マッシュルーム缶、油、ケチャップ、トマトピューレ、ソース、塩・胡椒、粉チーズ 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 オレンジ 牛乳	スイートポテト さつまいも、バター、砂糖、牛乳、卵 麦茶	エネルギー 575 kcal たんぱく質 18.4 g 脂 質 21.2 g 食塩相当量 1.6 g	
25	土	せんべい 牛乳	ポークカレー トマトサラダ 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(卵・乳・小麦不使用) トマト、胡瓜、玉葱、酢、油、塩・胡椒、乾燥パセリ 牛乳 米	ゼリー せんべい 麦茶	エネルギー 560 kcal たんぱく質 18.1 g 脂 質 15.3 g 食塩相当量 1.8 g	
27	月	ヨーグルト 麦茶	豆腐のあんかけ ブロッコリーのだし醤油あえ 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 ブロッコリー、醤油、水、かつお節 牛乳 米	ちんすこう(うるま市レシビ) 小麦粉、きび砂糖、油 麦茶	エネルギー 486 kcal たんぱく質 20.1 g 脂 質 18.1 g 食塩相当量 1.4 g	
28	火	せんべい 麦茶	豚肉の生姜焼き ポテトサラダ けんちん汁 ごはん	豚ロース肉、玉葱、生姜、醤油、みりん、油 じゃが芋、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 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、みりん、醤油 米	マカロニあべかわ マカロニ、きな粉、砂糖、塩 ジョア	エネルギー 552 kcal たんぱく質 24.6 g 脂 質 18.1 g 食塩相当量 1.5 g	
29	水	<b>昭 和 の 日</b>					
30	木	ビスケット 牛乳	鶏肉のさっぱり煮 ごまあえ 牛乳 ごはん	鶏手羽肉、卵、酢、醤油、砂糖、生姜、にんにく 青菜、もやし、人参、砂糖、醤油、すりごま 牛乳 米	黒糖蒸しパン 小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳、黒砂糖 麦茶	エネルギー 582 kcal たんぱく質 27.9 g 脂 質 18.4 g 食塩相当量 2.0 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528kcal、たんぱく質20.9g、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。17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。