



# 令和8年5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	金	コーンフレーク 牛乳	魚のトマトソースがけ 大根とハムのサラダ 牛乳 パン	モロ、塩・胡椒、小麦粉、油、にんにく、玉葱、バター、トマト缶、コンソメ、砂糖、水、塩・胡椒、乾燥パセリ 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 パン	焼きビーフン(カレー味) 麦茶	エネルギー 503 kcal たんぱく質 27.1 g 脂 質 26.2 g 食塩相当量 2.3 g	
2	土	せんべい 牛乳	すき焼き風煮 酢の物 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、わかめ、みかん缶、酢、塩、砂糖 牛乳 米	グレープフルーツ せんべい 麦茶	エネルギー 504 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 14.0 g 食塩相当量 1.5 g	
4	月	みどりの日					
5	火	こどもの日					
6	水	振替休日					
7	木	クラッカー 牛乳	豆腐とツナのソース焼き 春雨サラダ 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 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 牛乳 米	プリン プリン <sup>※</sup> の素、牛乳、砂糖、湯 せんべい 麦茶	エネルギー 536 kcal たんぱく質 20.9 g 脂 質 15.1 g 食塩相当量 1.7 g	
8	金	ビスケット 麦茶	【こどもの日献立】 白身魚の新緑揚げ 春野菜のごま和え こどもの日ゼリー 牛乳 ごはん	かれい、小麦粉、卵、パセリ、塩、油 キャベツ、アスパラガス、人参、砂糖、醤油、すりごま こどもの日ゼリー 牛乳 米	かぼちゃ蒸しパン 蒸しパンの素、スキムミルク、水、南瓜 りんごと人参ジュース(鉄分入り)	エネルギー 561 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 12.1 g 食塩相当量 1.1 g	
9	土	せんべい 牛乳	チキンカレー スティックきゅうり 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) 胡瓜、塩 牛乳 米	ゼリー せんべい 麦茶	エネルギー 513 kcal たんぱく質 17.8 g 脂 質 10.9 g 食塩相当量 1.9 g	
11	月	コーンフレーク 牛乳	鶏肉のかりん揚げ わかめサラダ 牛乳 ごはん	鶏もも肉、片栗粉、油、砂糖、みりん、醤油、水、生姜、いりごま キャベツ、トマト、胡瓜、わかめ、油、酢、醤油、塩・胡椒 牛乳 米	原宿ドッグ 麦茶	エネルギー 550 kcal たんぱく質 23.1 g 脂 質 21.4 g 食塩相当量 1.3 g	
12	火	ビスケット 牛乳	インド煮 ブロッコリーのだし醤油あえ 牛乳 ごはん	じゃが芋、つきこんにやく、豚もも肉、さつまいも(卵・乳・小麦不使用)、人参、玉葱、油、砂糖、ケチャップ、醤油、カレー粉 ブロッコリー、醤油、水、かつお節 牛乳 米	いちごミルクプリン せんべい 麦茶	エネルギー 524 kcal たんぱく質 19.4 g 脂 質 14.7 g 食塩相当量 1.5 g	
13	水	せんべい 牛乳	焼きうどん きゅうりの土佐和え バナナ 牛乳	ゆでうどん、豚もも肉、キャベツ、玉葱、人参、ピーマン、油、醤油、ソース、かつお節 胡瓜、うめ干し、かつお節 バナナ 牛乳	焼きおにぎり 麦茶	エネルギー 497 kcal たんぱく質 19.9 g 脂 質 12.0 g 食塩相当量 2.1 g	
14	木	ビスケット 牛乳	ひじき入り厚焼卵 南瓜の甘煮 なめこ汁 若菜ごはん	人参、玉葱、鶏挽肉、ひじき、油、砂糖、塩、酒、水、かつお節、卵、油 南瓜、砂糖、醤油 なめこ、ねぎ、みそ、水、かつお節 米、菜飯の素	焼きサンド 牛乳	エネルギー 583 kcal たんぱく質 25.3 g 脂 質 19.4 g 食塩相当量 2.3 g	
15	金	ヨーグルト 麦茶	さばの味噌煮 スパゲティサラダ 牛乳 ごはん	さば、生姜、砂糖、醤油、みそ 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(卵・乳・小麦不使用)、酢、塩・胡椒 牛乳 米	グレープフルーツ ビスケット 麦茶	エネルギー 504 kcal たんぱく質 21.7 g 脂 質 19.3 g 食塩相当量 1.2 g	
16	土	せんべい 牛乳	豆腐のあんかけ もやし和え物 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、わかめご飯の素 牛乳 米	ゼリー せんべい 麦茶	エネルギー 535 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 15.8 g 食塩相当量 1.6 g	
18	月	クラッカー 麦茶	ポーカカレー おからサラダ オレンジ 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 オレンジ 牛乳 米	フルーチェ せんべい 麦茶	エネルギー 532 kcal たんぱく質 17.9 g 脂 質 16.9 g 食塩相当量 2.2 g	



# 令和8年5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
19	火	せんべい 牛乳	<b>【食育の日】</b> 魚の照り焼き ひじきの炒り煮 豚汁 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 豚もも肉、大根、人参、つきこんにやく、しめじ、牛蒡、ごま油、ねぎ、みそ、水、かつお節 米  <b>宇都宮市食育応援キャラクター</b> 「忍者 食丸(しょくまる)くん」 	米粉の豆乳クレープ フレンズクレープ 牛乳	エネルギー 587 kcal たんぱく質 27.1 g 脂 質 24.1 g 食塩相当量 1.5 g
20	水	ヨーグルト 麦茶	牛肉と卵の炒めもの きゅうりの中華漬け 牛乳 ごはん	牛もも肉、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	お好み焼き 麦茶	エネルギー 472 kcal たんぱく質 20.2 g 脂 質 17.1 g 食塩相当量 1.9 g
21	木	せんべい 牛乳	ポテトコロッケ トマトサラダ 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 トマト、胡瓜、玉葱、酢、油、塩、胡椒、乾燥パセリ 牛乳 パン	プルーン プルーン(種なし) おかし 麦茶	エネルギー 545 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 23.4 g 食塩相当量 1.7 g
22	金	ビスケット 牛乳	筑前煮 キャベツのしらす和え 牛乳 ごはん	鶏もも肉、里芋、人参、れんこん、ゆでたけのこ、つきこんにやく、牛蒡、ちくわ(卵・乳・小麦不使用)、椎茸、油、砂糖、醤油、みりん キャベツ、小松菜、コーン、しらす干し、醤油 牛乳 米	マドレーヌ 麦茶	エネルギー 527 kcal たんぱく質 18.0 g 脂 質 18.3 g 食塩相当量 1.7 g
23	土	せんべい 牛乳	肉じゃが 即席漬け 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 大根、胡瓜、塩 牛乳 米	オレンジ せんべい 麦茶	エネルギー 484 kcal たんぱく質 17.1 g 脂 質 12.2 g 食塩相当量 1.5 g
25	月	せんべい 牛乳	米粉のハンバーグ 春野菜ソテー 牛乳 ごはん	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 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 牛乳 米	きなこバナナ バナナ、きな粉、砂糖、塩 麦茶	エネルギー 559 kcal たんぱく質 23.1 g 脂 質 20.0 g 食塩相当量 1.4 g
26	火	ビスケット 牛乳	高野豆腐の卵とじ おかか和え 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 青菜、もやし、かつお節、醤油 牛乳 米	ウインナーパイ 麦茶	エネルギー 531 kcal たんぱく質 23.0 g 脂 質 22.6 g 食塩相当量 1.6 g
27	水	コーンフレーク 牛乳	鶏肉のマーメレード焼き さつまいものサラダ ミネストローネスープ パン	鶏もも肉、塩、胡椒、醤油、マーメレード 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 ベーコン(卵・乳・小麦不使用)、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	おにぎり 米、混ぜごはんの素 大根の浅漬け 大根、大根の葉、塩 麦茶	エネルギー 512 kcal たんぱく質 24.1 g 脂 質 15.2 g 食塩相当量 2.4 g
28	木	せんべい 牛乳	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	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 548 kcal たんぱく質 21.3 g 脂 質 19.1 g 食塩相当量 1.8 g
29	金	ビスケット 牛乳	魚のカレー焼き きんぴら風煮 春雨スープ ごはん	あかうお、塩、胡椒、小麦粉、カレー粉、油 牛蒡、大根、人参、つきこんにやく、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 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	ポテトピザ 牛乳	エネルギー 499 kcal たんぱく質 22.8 g 脂 質 15.2 g 食塩相当量 1.7 g
30	土	せんべい 牛乳	焼きビーフン バナナ 牛乳	ビーフン(乾)、豚もも肉、キャベツ、玉葱、人参、ピーマン、油、醤油、中華だし バナナ 牛乳	ゼリー せんべい 麦茶	エネルギー 510 kcal たんぱく質 18.2 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 1.4 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527kcal、たんぱく質21.2g、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。19日(火)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。