



9月 給食予定献立表(宇治幼稚園)



2023年

日	曜	献立	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
4	月	南瓜コロッケ ひじきと野菜のごまよごし ごはん 麩と玉葱のみそ汁 オレンジ 	南瓜コロッケ ひじき/みそ	油/すりごま 三温糖/米 発芽玄米/麩	切干大根・小松菜 人参/玉葱/オレンジ	醤油・だし
5	火	大豆ミートのさっぱり塩だれ丼 さつま芋の甘煮 茄子と油揚げのみそ汁 メロン 	大豆ミート 油揚げ・みそ	米・発芽玄米・油 ごま油・片栗粉 さつま芋・三温糖	キャベツ・人参・ねぎ レモン/なす/メロン	塩・だし こしょう・醤油 みりん
6	水	おにぎり(菜めし) 	焼きのり	米・発芽玄米	菜めしの素	
7	木	ナポリタンスパゲティ しらすと花野菜のゴマドレ和え 若布とコーンのスープ リンゴ 	豆プラス しらす干し わかめ	スパゲティ・油	玉葱・人参・マッシュルーム グリーンピース ブロッコリー・カリフラワー コーン/りんご	塩・こしょう・ケチャップ 7大アレルギー不使用 ゴマドレッシング 醤油・だし
8	金	厚揚げのステーキ ツナともやしの煮浸し ごはん 菊花入り花かまぼこと貝割れのお吸い物 梨 	厚揚げ/ツナ缶 花かまぼこ	片栗粉・三温糖 油/米・発芽玄米	もやし・人参・にら 食用菊花・貝割れ 梨	醤油・みりん だし
11	月	大豆ミートのから揚げ 抹茶塩 若布のごまみそサラダ ごはん 青菜とえのきのお吸い物 パイナップル 	大豆ミート わかめ・みそ	片栗粉・油 すりごま・三温糖 ごま油/米 発芽玄米	しょうが・にんにく キャベツ・人参 コーン/青菜・えのき パイナップル	醤油・みりん 抹茶・塩・酢 だし
12	火	ポークチャップ風 さつま芋と糸切昆布の旨煮 ごはん 大根と油揚げのみそ汁 オレンジ 	大豆ミート 糸切昆布 油揚げ・みそ	片栗粉・油 三温糖/さつま芋 米・発芽玄米	玉葱・マッシュルーム ピーマン/大根 オレンジ	ケチャップ・醤油 みりん・だし
13	水	おにぎり(サケ) 	鮭フレーク 焼きのり	米・発芽玄米		
14	木	Caたっぷりお魚バーグのおろしソース 野菜炒め ごはん 若布としめじのみそ汁 梨 	お魚バーグ 豆プラス/わかめ みそ	油・片栗粉/米 発芽玄米	大根・ミニネギ もやし・人参・にら 木耳・しめじ/梨	醤油・みりん・塩 こしょう・だし
15	金	干草焼き風 具沢山の春雨サラダ ごはん じゃが芋と油揚げのみそ汁 メロン 	木綿豆腐 豆プラス/ひじき ツナ缶/油揚げ みそ	片栗粉・油 三温糖/春雨/米 発芽玄米 じゃが芋	ほうれん草・人参 ねぎ・椎茸/キャベツ 玉葱・胡瓜・コーン 赤パプリカ/メロン	醤油・みりん だし・マヨドレ
19	火	豚しゃぶ風ぶっかけうどん 大根とちくわのみそかけ リンゴ 	大豆ミート/ちくわ みそ	うどん・すりごま ごま油/三温糖	キャベツ・人参・ねぎ 大根・青菜/りんご	醤油・だし マヨドレ・みりん
20	水	おにぎり(塩昆布) 	塩昆布・焼きのり	米・発芽玄米		
21	木	高野豆腐カツ キャベツ入りマカロニサラダ ごはん 冬瓜と油揚げのみそ汁 オレンジ 	高野豆腐 油揚げ・みそ	小麦粉・パン粉 油/マカロニ/米 発芽玄米	キャベツ・玉葱・胡瓜 人参・コーン/冬瓜 オレンジ	ケチャップ マヨドレ・だし
22	金	クリームシチュー ツナ入りフレンチサラダ ごはん ふりかけ 食べる小魚(ごま含む) 	厚揚げ・豆乳 みそ/ツナ缶 ふりかけ 食べる小魚	じゃが芋・油 片栗粉/米 発芽玄米	玉葱・人参・椎茸 レタス・キャベツ 胡瓜・コーン 赤パプリカ	7大アレルギー不使用 フレンチドレッシング
25	月	きのこごはん 鮭の付け焼き しらす入り胡瓜と白菜の納豆和え 花麩とねぎのお吸い物 梨 	油揚げ/鮭 しらす干し・納豆	米・発芽玄米/油 花麩	まいたけ・しめじ 椎茸・しょうが/白菜 人参・胡瓜/ねぎ/梨	醤油・みりん だし
26	火	カレーライス 春巻き コールスロー 抹茶蒸しパン 	大豆・みそ 春巻き	米・発芽玄米・油 じゃが芋・片栗粉 ケーキックス	玉葱・人参/キャベツ 胡瓜・コーン	純カレー ケチャップ ソース・こしょう 塩・マヨドレ・抹茶 醤油
27	水	おにぎり(おかか) 	花かつお 焼きのり	米・発芽玄米		
28	木	大豆ミートのごま竜田揚げ スパゲティサラダ ごはん 青菜と油揚げのみそ汁 パイナップル 	大豆ミート 油揚げ・みそ	いりごま・片栗粉 油/スパゲティ/米 発芽玄米	しょうが/キャベツ 胡瓜・玉葱・コーン 人参/青菜 パイナップル	醤油・みりん マヨドレ・だし
29	金	京揚げの生姜炒め 冬瓜の煮物 ごはん 白菜と若布のみそ汁 リンゴ 	京揚げ/わかめ みそ	三温糖・油/米 発芽玄米	しょうが・玉葱・人参 ピーマン・椎茸/冬瓜 白菜/りんご	醤油・みりん だし

材料等の都合により献立を変更することがございます。