



11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)
1	水	おにぎり(菜めし) 	焼きのり	米・発芽玄米	菜めしの素	
2	木	麻婆飯 春雨サラダ 麩と若布のスープ オレンジ どんぶりの日 	豆プラス・木綿豆腐 みそ/わかめ	米・発芽玄米・油 片栗粉・三温糖 春雨/麩	玉葱・ねぎ・椎茸 グリーンピース・しょうが にんにく/胡瓜・人参 コーン/オレンジ	醤油・みりん・だし マヨドレ
6	月	南瓜コロッケ 油揚げと大根の含め煮 ごはん 具沢山のみそ汁 リンゴ みんな大好き メニュー 	南瓜コロッケ 油揚げ/みそ	油/三温糖/米 発芽玄米/里芋 ごま油	大根・人参・椎茸 小松菜・ごぼう 糸蒟蒻・ねぎ/りんご	醤油・みりん・だし
7	火	高野豆腐の酢豚風 華風和え ごはん 若布と貝割れのスープ オレンジ 中華の日 	高野豆腐/ツナ缶 わかめ	片栗粉・油・三温糖 片栗粉・ごま油/米 発芽玄米	玉葱・人参・ピーマン 木耳/もやし・キャベツ 胡瓜・赤パプリカ 貝割れ/オレンジ	ケチャップ・醤油 酢・みりん・だし
9	木	名古屋風カレーうどん 大豆ミートの手羽先風 三色野菜のごまよじ パイナップル なごやめし  めんの日 	油揚げ・かまぼこ 大豆ミート	うどん・片栗粉/油 三温糖/すりごま	玉葱・ねぎ・椎茸/青菜 もやし・人参 パイナップル	純カレー・醤油 みりん・だし
10	金	車麩のカツ めかぶ納豆 ごはん 具沢山のみそ汁 みかん みんな大好き メニュー 	めかぶわかめ 納豆/油揚げ・みそ	車麩・小麦粉 パン粉・油/いりごま 米・発芽玄米	大根・キャベツ・ごぼう ねぎ/みかん	ケチャップ・醤油 だし
13	月	アジのコロコロ竜田揚げ 切干大根の炒め煮 ごはん 麩と玉葱のみそ汁 リンゴ 和 メニュー 	アジ/油揚げ・みそ	片栗粉・油/三温糖 米・発芽玄米/麩	しょうが/切干大根 人参・インゲン/玉葱 りんご	醤油・みりん・だし
14	火	大豆ミートチャップ ブロッコリーのおかか和え ごはん じゃが芋と油揚げのみそ汁 みかん みんな大好き メニュー 	大豆ミート 花かつお/油揚げ みそ	小麦粉・油・三温糖 米・発芽玄米 じゃが芋	玉葱/ブロッコリー コーン・赤パプリカ 黄パプリカ/みかん	塩・こしょう ケチャップ・醤油 だし
15	水	おにぎり(塩昆布) 	塩昆布・焼きのり	米・発芽玄米		
16	木	ナポリタンスパゲティ 蓮根チップス 若布とコーンのスープ バナナ めんの日 	豆プラス/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/蓮根 コーン/バナナ	塩・こしょう ケチャップ・醤油 だし
17	金	大豆ミートのハンバーグ キャベツと豆苗のごま和え ごはん 青菜ともやしのスープ オレンジ みんな大好き メニュー 	大豆ミートのハンバーグ	油/すりごま 三温糖/米 発芽玄米	キャベツ・豆苗・人参 青菜・もやし/オレンジ	ケチャップ・醤油 だし
20	月	おでん(がんも・ちくわ・大根・人参) 白身魚フライ ごはん 白菜と油揚げのみそ汁 リンゴ 和 メニュー 	一口がんも・ちくわ 白身魚フライ 油揚げ・みそ	三温糖/油/米 発芽玄米	大根・人参/白菜 りんご	醤油・みりん・だし
21	火	フライド大豆ミート 抹茶塩 きのこほうれん草のスパンテー ごはん 玉葱と若布のスープ みかん みんな大好き メニュー 	大豆ミート/わかめ	小麦粉・油 スパゲティ/米 発芽玄米	にんにく/しめじ えのき・椎茸 ほうれん草/玉葱 みかん	塩・こしょう・抹茶 醤油・だし
27	月	カレーライス 春巻き コールスロー 抹茶ケーキ カレーの日 	大豆・みそ/春巻き	米・発芽玄米・油 じゃが芋・片栗粉 ケーキミックス	玉葱・人参/キャベツ コーン・赤パプリカ	純カレー・ケチャップ ソース・こしょう・塩 手作りドレッシング 抹茶
28	火	さつまいもごはん サバの生姜煮 白菜のそぼろ炒め 切干大根と油揚げのみそ汁 柿 旬の食材を 食べよう! 	サバ/豆プラス 油揚げ・みそ	米・発芽玄米 さつまいも・黒ごま 三温糖・油	しょうが/白菜・人参 切干大根/柿	塩・醤油・みりん だし
29	水	おにぎり(ゆかり) 	焼きのり	米・発芽玄米	ゆかりの素	
30	木	いわしつみれと大根の照り煮 のり塩ポテト ごはん キャベツと若布のみそ汁 オレンジ 和 メニュー 	いわしつみれ あおのり粉/わかめ みそ	三温糖/じゃが芋 油/米・発芽玄米	大根・糸蒟蒻・インゲン 人参・椎茸/キャベツ オレンジ	醤油・みりん・だし 塩

材料等の都合により献立を変更することがございます。