



1月 給食予定献立表(宇治幼稚園)



2024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)
10 水	おにぎり(ごま昆布) 	焼きのり	米・発芽玄米	ごま昆布	
11 木	黒豆ごはん 高野豆腐カツ 抹茶塩 筑前煮 手まり麩のお吸い物 みかん 	黒豆/高野豆腐 豆プラス	米・発芽玄米 小麦粉・パン粉 油・里芋・三温糖 手まり麩	ごぼう・人参 糸蒟蒻・インゲン もち菜/みかん	塩・抹茶・醤油 みりん・だし
12 金	車麩の鍋照り焼き 具沢山のスパゲティサラダ ごはん 白菜と若布のみそ汁 パイナップル 	ツナ缶/わかめ みそ	車麩・片栗粉 三温糖/油 スパゲティ/米 発芽玄米	キャベツ・胡瓜 コーン・人参/白菜 パイナップル	醤油・みりん マヨドレ・だし
15 月	きつね丼 ひじきの炒め煮 里芋とねぎのみそ汁 オレンジ 	京揚げ/ひじき ツナ缶/みそ	米・発芽玄米/油 三温糖/片栗粉 里芋	玉葱・ねぎ・インゲン 椎茸・人参 グリーンピース オレンジ	醤油・みりん だし
16 火	車麩でみそカツ めかぶ納豆 ごはん けんちん汁 リンゴ 	みそ/納豆 めかぶわかめ 油揚げ	車麩・小麦粉 パン粉・油・三温糖 いりごま/米 発芽玄米/ごま油	大根・ごぼう・蓮根 人参・糸蒟蒻/りんご	みりん・醤油 だし
17 水	おにぎり(しらす) 	しらす干し 焼きのり	米・発芽玄米		
18 木	メバルと大根の煮付け 三色野菜のお浸し ごはん 豆腐と若布のみそ汁 みかん 	メバル/花かつお 木綿豆腐・わかめ みそ	片栗粉/油 三温糖/米 発芽玄米	しょうが・大根/人参 青菜・もやし 赤パプリカ/みかん	醤油・みりん だし
19 金	しっぽうどん 若布のごまみそ和え バナナ 	豆プラス/わかめ	うどん・里芋 いりごま	大根・人参・ねぎ 胡瓜/バナナ	醤油・みりん だし
22 月	気仙沼産かつおかつ マカロニサラダ ごはん 青菜とえのきのみそ汁 オレンジ 	気仙沼産カツオカツ ちくわ・みそ	油/マカロニ・米 発芽玄米	キャベツ・胡瓜 人参/青菜・えのき オレンジ	マヨドレ・だし
23 火	大豆ミートの焼肉風 三色ナムル ごはん 若布スープ リンゴのケーキ 	大豆ミート/わかめ	油・三温糖 白ごま・ごま油 米・発芽玄米 ケーキミックス	にんにく・しょうが 玉葱・ピーマン 赤パプリカ・もやし 胡瓜・人参/りんご	醤油・みりん・塩 こしょう・だし
24 水	おにぎり(ゆかり) 	焼きのり			
25 木	カレーライス (大豆ミートのから揚げトッピング) コールスロー パイナップル 	豆プラス・みそ 大豆ミート	米・発芽玄米・油 じゃが芋・片栗粉	玉葱・人参/キャベツ 胡瓜・コーン パイナップル	純カレー・ケチャップ ソース・こしょう・塩 7大アレルゲン不使用 ゴマドレッシング
26 金	ツナと茸の和風スパゲティ フライドスイートポテト キャベツのスープ 食べる小魚(ごま含む) 	ツナ缶 食べる小魚	スパゲティ・油 さつま芋	えのき・しめじ・椎茸 玉葱・青菜/キャベツ 人参・コーン	塩・こしょう 醤油・みりん だし
29 月	回鍋肉 春巻き ごはん 春雨入りスープ リンゴ 	油揚げ・みそ 春巻き/わかめ	ごま油・三温糖 油/米・発芽玄米 春雨	にんにく・キャベツ 玉葱・ピーマン 白菜・人参・ら りんご	みりん・醤油 だし
30 火	タラの照りマヨ焼き 小松菜と油揚げの煮浸し ごはん 具沢山のみの汁 いよかん 	タラ・油揚げ わかめ・みそ	油・三温糖/米 発芽玄米	小松菜・白菜・人参 大根・椎茸・ねぎ いよかん	醤油・みりん マヨドレ・だし
31 水	おにぎり(塩昆布) 	塩昆布・焼きのり	米・発芽玄米		

材料等の都合により献立を変更することがございます。