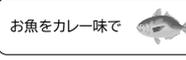
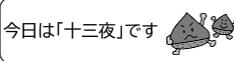
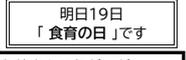
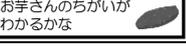
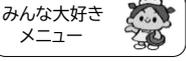
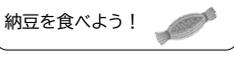
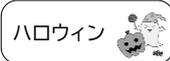




# 10月 給食予定献立表(宇治幼稚園)



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)
1 火	ポークビーンズ風 ツナサラダ ごはん 里芋と若布のみそ汁 りんご 	油揚げ・大豆/ツナ缶 わかめ・みそ	じゃが芋・油/発芽玄米・米 里芋	玉葱・人参・パセリ粉/にんにく トマト水煮/キャベツ/レタス コーン/りんご	ケチャップ・醤油・塩 こしょう・手作りドレッシング だし
2 水	おにぎり(菜めし) 	焼きのり	米・発芽玄米	菜めしの素	
3 木	中華飯 拌三絲 中華スープ 梨 	油揚げ・わかめ	発芽玄米・米・油・三温糖 片栗粉/春雨・ごま油	青梗菜・もやし・玉葱・人参 椎茸/胡瓜・木耳・赤パプリカ 黄パプリカ・ねぎ/梨	醤油・塩・こしょう・酢・だし
4 金	肉豆腐風 白菜のお浸し ごはん じゃが芋と油揚げのみそ汁 オレンジ 	大豆ミート・木綿豆腐 花かつお/油揚げ・みそ	ごま油・三温糖/発芽玄米 米・じゃが芋	玉葱・糸蒟蒻・しめじ・ねぎ 白菜・青菜・人参・オレンジ	醤油・みりん・だし
7 月	あじのカレーあん 具沢山のスパゲティサラダ ごはん 切干大根と油揚げのみそ汁 りんご 	アジ/油揚げ・みそ	油・三温糖・片栗粉 スパゲティ/発芽玄米・米	玉葱・椎茸/胡瓜・キャベツ コーン・赤パプリカ・黄パプリカ 切干大根/りんご	塩・こしょう・純カレー マヨドレ・だし
8 火	厚揚げのごまみそ焼き 大根としめじのそぼろ煮 ごはん 巻き麩と若布のお吸い物 パイナップル 	厚揚げ・みそ/豆プラス わかめ	油・三温糖・すりごま 発芽玄米・米/巻き麩	にんにく・玉葱・ピーマン/大根 しめじ・人参/パイナップル	醤油・みりん・だし
15 火	栗ごはん 栗コロッケ しらすとチンゲン菜のごま和え 花麩と豆苗のお吸い物 オレンジ 	栗コロッケ しらす干し	発芽玄米・米・むき栗/油 いりごま/花麩	青梗菜・キャベツ・人参・しめじ 豆苗/オレンジ	塩・ケチャップ・醤油・だし
16 水	おにぎり(サケ) 	鮭フレーク・焼きのり	米・発芽玄米		
17 木	お野菜たっぷりソース焼きそば 春巻き 若布とコーンのスープ 梨 	油揚げ/春巻き/わかめ	焼きそば・油	人参・玉葱・キャベツ・もやし ピーマン・木耳/コーン/梨	塩・ソース・醤油・だし
18 金	大豆ミートのBBQソース 春雨サラダ ごはん オニオンスープ 焼き芋食べくらべ(さつま芋2種)  	大豆ミート/ツナ缶	油・三温糖/春雨 発芽玄米・米/さつま芋	胡瓜・人参・コーン/玉葱・椎茸	ケチャップ・ソース・塩 マヨドレ・醤油・だし
21 月	高野豆腐の生姜炒め しらすと胡瓜の甘酢 ごはん 麩と玉葱のみそ汁 りんご 	高野豆腐/しらす干し わかめ・みそ	油・三温糖/発芽玄米・米 麩	もやし・人参・にら・しょうが 胡瓜・キャベツ/玉葱/りんご	醤油・みりん・酢・塩・だし
22 火	大豆ミートのから揚げ ひじき納豆 ごはん 具沢山のみの汁 梨 	大豆ミート/ひじき・納豆 油揚げ・みそ	片栗粉・油/三温糖 白ごま/発芽玄米・米 里芋	しょうが/にんにく/大根・ごぼう 人参・しめじ・ねぎ/梨	醤油・みりん・だし
23 水	おにぎり(おかか) 	花かつお・焼きのり	米・発芽玄米		醤油
24 木	カレーライス ユールスロー 抹茶寒天 	大豆・みそ/粉寒天	米・発芽玄米・油・じゃが芋 片栗粉/三温糖	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 8大アレルギー不使用 フレンドレッシング・抹茶
25 金	サバの味噌煮 マカロニサラダ ごはん えのきと貝割れのお吸い物 オレンジ 	サバ・みそ/ちくわ	三温糖/マカロニ 発芽玄米・米	しょうが/胡瓜・キャベツ・コーン 赤パプリカ/えのき・貝割れ オレンジ	みりん・マヨドレ・醤油・だし
28 月	鮭のちゃんちゃん焼き さつま芋の甘煮 ごはん 大根としめじと若布のお吸い物 柿 	鮭・みそ/わかめ	油・三温糖/さつま芋 発芽玄米・米	キャベツ・玉葱・人参・コーン ねぎ/大根・しめじ/柿	みりん・醤油・だし
29 火	お野菜たっぷりけんちんうどん ちくわの磯辺揚げ 三色ナムル オレンジ 	油揚げ/ちくわ・あおりの粉	うどん・油・里芋/小麦粉 白ごま・ごま油	大根・ごぼう・人参・糸蒟蒻 ねぎ/もやし・胡瓜/オレンジ	だし・醤油・みりん・塩 こしょう
30 水	おにぎり(ごま昆布) 	焼きのり	米・発芽玄米	ごま昆布	
31 木	ハンバーグの木の子ソース パンプキンサラダ ごはん 若布とコーンのスープ みかん 	大豆ミートハンバーグ・わかめ	油・片栗粉/発芽玄米・米	しめじ・まいたけ・エリンギ・椎茸 玉葱/南瓜・胡瓜・レーズン コーン/みかん	醤油・みりん・マヨドレ・塩 こしょう・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。