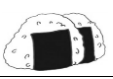
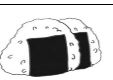




10月 給食献立表(宇治幼稚園)



2025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(ゆかり) 	焼きのり	米・発芽玄米	ゆかりの素	
2	木	厚揚げのみそ煮 スパゲティサラダ ごはん 豆苗と若布のお吸い物 オレンジ 和メニュー 	厚揚げ・みそ/ツナ缶 わかめ	油・三温糖/スパゲティ/米 発芽玄米	大根・人参・ピーマン・しょうが 胡瓜・玉葱・コーン/豆苗 オレンジ	みりん・だし・マヨレ・醤油
3	金	カレーうどん ねぎ塩やっこ ちくわと胡瓜とキャベツのごまよごし バナナ めんの日 	油揚げ/木綿豆腐/ちくわ	うどん・片栗粉・ごま油 すりごま	玉葱・青梗菜・椎茸・ねぎ コーン・にんにく・しょうが/胡瓜 キャベツ・人参/バナナ	純カレー・だし・醤油 みりん・塩
6	月	アジの西京焼き 春雨サラダ 人参と星の麩と若布のお吸い物 パイナップル 今日は「十五夜」 お月見しましょう 	アジ・みそ/ツナ缶 わかめ	三温糖・油 米・発芽玄米/春雨 麩	胡瓜・キャベツ・コーン・玉葱 人参/パイナップル	みりん・マヨレ・醤油 だし
7	火	大豆ミートの磯辺焼き 大根の煮付け ごはん キャベツと若布のみそ汁 オレンジ みんな大好き メニュー 	大豆ミート・あおりの粉 かまぼこ/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・椎茸 キャベツ/オレンジ	醤油・みりん・だし
8	水	おにぎり(菜めし) 	焼きのり	米・発芽玄米	菜めしの素	
9	木	厚揚げの照りマヨ炒め 小町和え ごはん 青菜とえのきのみそ汁 パイナップル 和メニュー 	厚揚げ/油揚げ・みそ	三温糖・油/いりごま/米 発芽玄米	玉葱・ピーマン・人参・椎茸 もやし・青菜・えのき パイナップル	醤油・みりん・マヨレ・だし
14	火	白身魚フライ 切干大根の炒め煮 ごはん 玉葱と若布のみそ汁 オレンジ みんな大好き メニュー 	白身魚フライ/油揚げ わかめ・みそ	油/三温糖/米・発芽玄米	切干大根・人参・インゲン/玉葱 オレンジ	醤油・みりん・だし
15	水	おにぎり(サケ) 	鮭フレーク・焼きのり	米・発芽玄米		
16	木	メバルの生姜焼き 南瓜のそぼろ煮 ごはん 具沢山みそ汁 バナナ 和メニュー 	メバル/豆プラ/油揚げ みそ	油・三温糖/米・発芽玄米 じゃが芋・ごま油	しょうが/南瓜/大根・人参 ごぼう・糸蒟蒻・椎茸/バナナ	醤油・みりん・だし
17	金	さつま芋ごはん タラのみそ田楽 三色野菜のごま納豆 木の子たっぷりけんちん汁 柿 旬の食材を 食べよう 	タラ・みそ/納豆/木綿豆腐	米・発芽玄米/さつま芋 黒ごま/三温糖/白ごま	青菜・切干大根・人参/えのき しめじ・まいたけ・椎茸・ごぼう ねぎ/柿	塩・みりん・だし・醤油
20	月	栗コロッケ 磯煮 ごはん 具沢山のみそ汁 パイナップル 栗の季節です!! 	栗コロッケ/ひじき・ちくわ 油揚げ・みそ	油/三温糖/米・発芽玄米 里芋	人参・インゲン/キャベツ・大根 パイナップル	醤油・みりん・だし
21	火	京揚げと大根の照り煮 マカロニサラダ ごはん 若布とねぎのみそ汁 オレンジ 和メニュー 	京揚げ/ツナ缶/わかめ みそ	三温糖/マカロニ/米 発芽玄米	大根・人参・糸蒟蒻/胡瓜・玉葱 コーン・ねぎ/オレンジ	醤油・みりん・だし・マヨレ
22	水	おにぎり(おかか) 	花かつお・焼きのり	米・発芽玄米		醤油
24	金	ハッシュドポーク風 コールスロー ストロベリー豆乳ヨーグルト ハッシュドポークの日 	大豆・みそ/豆乳ヨーグルト	米・発芽玄米/油/片栗粉 いちごジャム	玉葱・マッシュルーム グリーンピース/キャベツ・胡瓜 コーン	ケチャップ・ソース 8大アレルゲン不使用 フレンチドレッシング
27	月	ホッケの塩焼き チャブチ ごはん 切干大根と若布のみそ汁 オレンジ 魚を食べよう! 	ホッケ/豆プラ/わかめ みそ	油/春雨・三温糖・ごま油 米・発芽玄米	玉葱・赤パプリカ・木耳 にんにく/切干大根/オレンジ	塩・みりん・醤油・だし
28	火	大豆ミートのから揚げ しらす入りキャベツの煮浸し ごはん さつま芋と油揚げのみそ汁 パイナップル みんな大好き メニュー 	大豆ミート/しらす干し 油揚げ・みそ	片栗粉・油/米・発芽玄米 さつま芋	しょうが・にんにく/キャベツ 青菜・糸蒟蒻・しめじ・人参 パイナップル	みりん・醤油・だし
29	水	おにぎり(塩昆布) 	塩昆布・焼きのり	米・発芽玄米		
30	木	厚揚げと小松菜のサツと炒め 大根の甘みそかけ ごはん 花麩と豆苗のお吸い物 柿 和メニュー 	厚揚げ/みそ	ごま油・三温糖/米 発芽玄米/花麩	小松菜・玉葱・えのき・人参 大根/豆苗/柿	醤油・みりん・だし
31	金	ナポリタンスパゲッティ 南瓜コロッケ おかかブロッコリー グレープゼリー ハロウィン メニュー 	油揚げ/南瓜コロッケ 花かつお/ゼリーの素	スパゲティ・油	玉葱・コーン・ピーマン・椎茸 ブロッコリー	ケチャップ・醤油

材料等の都合により献立を変更することがございます。