

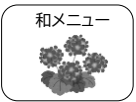
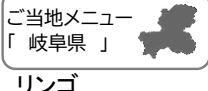
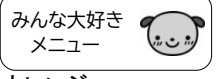
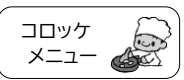
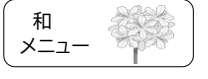
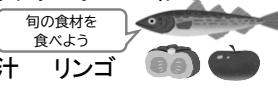
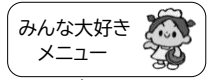


11月 給食献立表(宇治幼稚園)



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)
4	火	白身魚フライ・マヨキャベツ 切干大根の炒め煮 ごはん 里芋と若布のみそ汁 オレンジ 	白身魚フライ/油揚げ わかめ・みそ	油/三温糖/米・発芽玄米 里芋	キャベツ/切干大根・人参 インゲン/オレンジ
5	水	おにぎり(サケ) 	鮭フレーク・焼きのり	米・発芽玄米	
6	木	ケイちゃん風 さつま芋のレモン煮 ごはん オクラと豆腐のお吸い物 リンゴ 	厚揚げ・みそ/木綿豆腐	油・三温糖/さつま芋/米 発芽玄米	しょうが・にんにく・キャベツ しめじ・人参・ピーマン/レモン オクラ/りんご
7	金	刻みきつねうどん ちくわの蒲焼き いろいろ野菜のおかか和え バナナ 	味付き油揚げ/ちくわ 花かつお	うどん/油・片栗粉・三温糖	白菜・ねぎ/青菜・人参・えのき バナナ
10	月	煮込みハンバーグ スパゲティ ごはん えのきと若布のスープ オレンジ 	大豆ミートのハンバーグ わかめ	油/スパゲティ/米 発芽玄米	玉葱・マッシュルーム トマト水煮/キャベツ・人参 コーン/えのき/オレンジ
11	火	コーンコロッケ 具沢山のマカロニサラダ ごはん カリフラワーと椎茸のスープ リンゴ 	コーンコロッケ/ツナ缶	油/マカロニ/米・発芽玄米	胡瓜・キャベツ・人参・コーン カリフラワー・椎茸/りんご
12	水	おにぎり(ごま昆布) 	ごま昆布・焼きのり	米・発芽玄米	
13	木	メバルの五目あんかけ オクラ納豆 ごはん 大根と油揚げのみそ汁 オレンジ 	メバル/納豆/油揚げ・みそ	片栗粉/白ごま/米 発芽玄米	しょうが・ねぎ・玉葱・もやし 赤パプリカ・黄パプリカ/オクラ 大根/オレンジ
14	金	ゆかりごはん 大豆ミートのから揚げ 小町和え 具沢山のみの汁 パイナップル 	大豆ミート/油揚げ 木綿豆腐・みそ	米・発芽玄米/片栗粉・油 白ごま/じゃが芋	ゆかりの素/しょうが・にんにく もやし/大根・人参・しめじ・ねぎ パイナップル
17	月	赤魚の胡麻みそ焼き 華風和え ごはん 花野菜のスープ リンゴ 	赤魚・みそ/ツナ缶	いりごま・油・三温糖/春雨 ごま油/米・発芽玄米	胡瓜・キャベツ・人参・木耳 ブロッコリー・カリフラワー・玉葱 りんご
18	火	カレーライス コールスロー みかん 	大豆・みそ	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/みかん
19	水	おにぎり(しらす) 	しらす干し・焼きのり	米・発芽玄米	
20	木	お野菜たっぷり醤油ラーメン 春巻き 北海道産シューストポテト オレンジ 	豆プラス/春巻き	ラーメン・油 シューストポテト	青菜・キャベツ・人参・もやし 木耳・コーン/オレンジ
26	水	おにぎり(菜めし) 	焼きのり	米・発芽玄米	菜めしの素
27	木	タラの付け焼き オクラのおかか和え 南瓜のそぼろ煮 ごはん 大根の若布のみそ汁 リンゴ 	タラ/花かつお/豆プラス わかめ・みそ	油・三温糖/米・発芽玄米	オクラ/南瓜/大根/りんご
28	金	厚揚げの甘辛焼き 春雨サラダ ごはん 白菜としめじのみそ汁 オレンジ 	厚揚げ/ちくわ/みそ	片栗粉・油・三温糖/春雨 米・発芽玄米	胡瓜・キャベツ・人参/白菜 しめじ/オレンジ

材料等の都合により献立を変更することがございます。