



販売期間

2021

11/1(月)～11/14(日)

10/18(月)よりご予約受付開始

11/1～11/13のお弁当のご予約は各店舗へ個別にお願いいたします。
詳細は裏面をご覧ください。

11/14のみ宇治市産業会館「食育ひろば」にて一部販売予定。
11/14のお弁当のご予約はこちら→
予約締切:11/11(水)



11/14のみ1日限定
宇治市産業
会館で販売
店舗販売なし

社会福祉法人 山城福祉会 槇島福祉の園
×
医療法人 徳洲会 宇治徳洲会病院



写真提供: 辰巳屋

京料理 辰巳屋 × 宗教法人 興聖寺



11/14は
宇治市産業会館での
販売なし
店舗販売のみ

炭焼き肉と京の野菜Nico × 株式会社 典座



京うどん 三よしや

×

認定栄養ケア・ステーション アン・サンテ



カトリのKitchen

×

宇治市食生活改善推進員協議会「若葉の会」

うーちゃ弁当とは、「宇治市健康づくり・食育アライアンス」という、宇治市で健康づくりや食育活動に取り組んでいるネットワークによる、加盟団体同士のコラボ企画です。

健康づくりや食育をコンセプトとしたお弁当をとおして、市民のみなさんに健康や食育に関心を持っていただくきっかけづくりと、アライアンスの普及啓発、そして地元産業の活性化を目的としています。

必須基準として主食、主菜、副菜(2品)を揃えています。
また選択テーマとして、①地産地消 ②旬産旬消 ③適塩 ④野菜たっぷり ⑤栄養バランス「まごわやさしい」 ⑥郷土料理・行事食等食文化の中から各店舗に合わせたレシピが盛り込まれています。

※時期により旬の食材、一部メニューが異なります。

※ご購入後は温度管理にご注意のうえ、
お早めにお召し上がりください。





日野 真代 代表

うーちゃ加盟団体のみなさんが、身体に優しいお弁当を考案されました！ぜひご賞味くださいね♪

うーちゃ弁当 レシピについてはこちら↓



¥850 (税込) 「秋の減塩ヘルシー弁当」

11/14のみ1日限定
宇治市産業
会館で販売
店舗販売なし



榎島福祉の園 × 宇治徳洲会病院

テーマ：地産地消、旬産旬消、適塩

販売場所：宇治市産業会館

榎島福祉の園 HP



宇治徳洲会病院 HP



表面QRコードから予約販売 (数量限定)
当日販売

「宇治徳洲会病院」からレシピをご提供いただきました。秋の味覚を詰め込んだお弁当です。塩分は控えめですが、昆布やかつおのお出汁を用い、柑橘類や三つ葉などを使用することで物足りなさをおさないました。素材の味をお楽しみください。

榎島福祉の園 藤本一幸さん



¥1,620 (税込) 「うーちゃ弁当 旬の彩り膳」



京料理 辰巳屋 × 興聖寺

テーマ：地産地消、旬産旬消
郷土料理・行事食等食文化

販売場所：京料理 辰巳屋
宇治市産業会館

辰巳屋 HP



興聖寺 HP



☎ 0774-21-3131

予約販売 (数量限定) 当日販売

季節に合った旬の食材と「興聖寺」考案の精進レシピを織り交ぜた特別折詰です。

京料理 辰巳屋 左聡一郎さん



¥1,400 (税込) 「典座×Nicoうーちゃ弁当」

¥1,600 (税込) 「典座×Nicoうーちゃランチ」

11/14は
宇治市産業会館での
販売なし
店舗販売のみ



炭焼き肉と京の野菜Nico × 典座

テーマ：地産地消、野菜たっぷり

販売場所：炭焼き肉と京の野菜Nico



11/1~11/14 ご予約先

☎ 0774-23-1116

お弁当：前日予約販売のみ

ランチ：予約販売

当日販売 (数量限定)

Nico HP



典座 HP



選択テーマ以外に『腸活』をテーマにしており、塩麹や醤油ひしお麹、もち麦を使用しています。メインメニューのレシピを「典座」からご提供いただきました。

炭焼き肉と京の野菜Nico 辻村享子さん



¥1,000 (税込) 「宇治産米の天むす弁当」



京うどん三よしや × アン・サンテ

テーマ：地産地消、旬産旬消

販売場所：京うどん三よしや
宇治市産業会館

京うどん三よしやHP



アン・サンテHP



☎ 0774-23-5958

2日前15時までの予約販売のみ
(数量限定)

宇治産米を使用した、今回は4種の天むすの詰め合わせです。付け合わせの品も「アン・サンテ」監修のもと栄養バランスを考慮して4種を入れました。

京うどん三よしや 田中隆さん



¥1,000 (税込) 「うーちゃキノコハンバーグ弁当/ランチ」

¥1,500 (税込) 「うーちゃキノコハンバーグランチ (デザート・ドリンク付)」



カトリのKitchen × 「若葉の会」

テーマ：旬産旬消、食事バランス

販売場所：カトリのKitchen
宇治市産業会館

カトリのKitchen HP



若葉の会HP



☎ 090-7368-1807

お弁当は予約販売のみ(数量限定)

今回の「うーちゃ弁当」は、アレルギー特定原材料の7品目を使用せず、同じメニューをみんなで楽しんで頂けるように考えました。副菜2品は、「若葉の会」のレシピをご提供いただき全体のバランスで「まごわやさしい」を取り入れています。

カトリのKitchen 加藤文子さん



宇治市健康づくり・食育アライアンス U-CHA (うーちゃ) とは？

宇治市健康づくり・食育アライアンスとは、市内で健康づくりや食育活動に取り組んでいる団体がつながって、新しいアイデアを出し合いながら、それぞれの取り組みをより充実したものにしていこうという新しいネットワークです。現在約70団体が加盟しています。

このネットワークは『宇治市健康づくり・食育推進計画』に基づいた取り組みです。宇治市健康づくり・食育推進計画とは、ライフステージごとの現状と課題、その解決に向けた行動目標を立てています。健康づくりは7つの分野、食育の推進は3つの視点で推進しています。

(めざすところ)

1. 加入団体を増やし、地域における健康づくり・食育活動を活性化する。
2. すべての人が、自分自身の健康に関心を持てる環境づくりに取り組む。

(健康づくり推進7つの分野)

- ① 栄養・食生活 ② 運動・身体活動 ③ 休養・こころの健康 ④ 歯の健康
- ⑤ 喫煙 ⑥ 飲酒 ⑦ 健康行動

(食育の推進3つの視点)

- ① 健全な食生活の実践
- ② 「食」を通じた家庭や地域との交流
- ③ 「食」やお茶を通じた食文化の継承



- ※時期により旬の食材、メニューが異なります。
- ※ご購入後は温度管理にご注意のうえ、お早めにお召し上がりください。
- ※11/14のみ宇治市産業会館「食育ひろば」にて一部販売予定です。