

健康づくりや  
食育がテーマの  
お弁当です♪

# うーちゃ弁当



～食でつながる宇治のまち～

紫式部ゆかりのまち宇治魅力発信プロジェクトとの連携事業です

2023  
販売期間 10・14(土)～10・27(金)

販売場所 各店舗 **一部の店舗を除く**

予約方法

各店舗へ直接  
お電話等でご予約ください  
(電話番号は裏面をご覧ください)

2023  
販売日時 10・28(土) 11時～13時

販売場所 宇治橋通り商店街 わんさかフェスタ  
永楽屋さん前テント

※中止の場合:大阪屋マーケット内 ギフトショップあおいそらにて販売



10・28 専用  
予約フォーム

予約期間  
10・14(土)～10・25(水)



ホットスマミー

×  
京都文教短期大学  
×  
小山農園



LovA  
×  
地元野菜



ヒサ  
×  
京都文教短期大学



京うどん 三よしや  
×  
宇治市食生活改善推進員協議会  
「若葉の会」  
×  
京野菜いのうち



炭焼き肉と京の野菜  
Nico  
×  
地元野菜

紫式部ゆかりのまち宇治  
魅力発信プロジェクト連携事業



Food Park  
×  
宇治市食生活改善推進員協議会  
「若葉の会」



京料理 辰巳屋  
×  
宇治市食生活改善推進員協議会  
「若葉の会」



(社福)山城福祉会  
榎島福祉の園  
×  
京都文教短期大学

写真はイメージです。食材が一部異なります。ご購入後はお早めにお召し上がりください。





うーちゃ弁当は、健康づくりや食育をコンセプトとしたお弁当です♪  
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や、アライアンスの普及啓発、地元産業の活性化をめざしています。必須基準として主食、主菜、副菜(2品)を揃えています。  
選択テーマでは、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、⑦紫式部ゆかりのまち宇治魅力発信プロジェクトとの連携事業、から各店舗に合わせたレシピが盛り込まれています。  
うーちゃ加入団体のみなさんの、身体に優しいお弁当をぜひご賞味くださいね♪

宇治市健康づくり・食育アライアンス 代表 日野 真代

詳細についてはコチラ▶



## 秋の行楽ヒサ弁



¥ 1,200 (税込)

☎ 0774 -21-3913



地産地消

旬産旬消

野菜たっぷり

ヒサ

京都文教短期大学

ヒサこだわりの出汁を使用した惣菜や、京都文教短期大学さんより提供頂いたレシピをアレンジした惣菜等、宇治産米を中心に地産地消、食事を楽しくて貰える事をテーマに作らせて頂きました。  
ヒサ 久保田雄久さん

## ちょっと贅沢なハンバーグ弁当



¥ 2,000 (税込)

☎ 070 -8479-5883



地産地消

食文化

紫式部ゆかり

Food Park

若葉の会

若葉の会さんのレシピ、源氏物語をテーマとしたメニューや、日本一の黒毛和牛、鹿児島黒牛A5ランクを100%使用したハンバーグが入っています。

Food Park 吉岡千尋さん

## 野菜たっぷりNicoの紅葉弁当



¥ 1,400 (税込)

☎ 0774-23-1116



地産地消

野菜たっぷり

炭焼き肉と京の野菜  
Nico

地元野菜

沢山の地元野菜を使用し、見た目にも秋を感じて、わくわくできるお弁当にしました。

炭焼き肉と京の野菜Nico  
辻村享子さん

## うーちゃ弁当~炭火と旬野菜~



¥ 1,400 (税込)

☎ 0774-26-3772



地産地消

旬産旬消

野菜たっぷり

栄養バランス

ホットスマミー

京都文教短期大学

小山農園

当店一押し炭火焼き商品や、各種惣菜も詰め込んだ特別なお弁当に仕上げております。

また、京都文教短期大学さんの健康レシピと、地元農家さんの新鮮野菜で特別な惣菜もつくりました。炭火と旬野菜のお弁当をこの機会にぜひお楽しみください。

ホットスマミー 谷集人さん

## うーちゃ弁当~源氏の彩り~ 10・28(土)のみ販売



¥ 2,000 (税込)



地産地消

旬産旬消

食文化

紫式部ゆかり

京料理 辰巳屋

若葉の会

若葉の会さんからのレシピを基に、源氏物語由来の食材や調理法で作った宇治ならではの特別折詰です。

京料理 辰巳屋 左聡一郎さん

## 宇治産米の天むす弁当 10・28(土)のみ販売



¥ 1,200 (税込)



地産地消

野菜たっぷり

食文化

紫式部ゆかり

京うどん 三よしや

若葉の会

京野菜いのうち

京野菜いのうちの美味しい宇治産米を使用した天むすです。

若葉の会さんの源氏物語をテーマとしたメニューも取り入れました。

京うどん 三よしや 田中隆さん

## LovA彩り弁当



¥ 1,520 (税込)



地産地消

旬産旬消

野菜たっぷり

LovA

地元野菜

和食、洋食限らず楽しんでもらえる内容となっています。素材の味を大事にしています。

LovA 荻田貴之さん

## 秋のめぐみの適塩弁当 10・28(土)のみ販売



¥ 1,200 (税込)



地産地消

旬産旬消

栄養バランス

適塩

槇島福祉の園

京都文教短期大学

京都文教短期大学さんよりレシピ提供いただきました。塩分は控えめですが、山椒やごま油を使うことで食べやすくなっています。桜エビやごまでカルシウムも摂れます。お米は槇島産を使用しています。素材の味を楽しみますお弁当です。

槇島福祉の園 廣田知子さん