



8月の給食だより



池田市立保育所・認定こども園

実施日	3歳未満児		1～5歳児		食品名	I補正-(kcal) たん白質(g) 脂質(g)
	午前 間食	昼食	午後 間食			
1(土)	牛乳 せんべい	焼きそば くだもの (キウイ)	牛乳 ふかしもち せんべい		中華めん 豚肉 人参 たまねぎ キャベツ 青ねぎ 油 とんかつソース ウスターソース / キウイフルーツ(さつまいも)	468kcal 18.0g 12.5g
3(月)	牛乳 せんべい	ごはん なすのそぼろ煮 みそ汁	牛乳 ☆かわりあべかわ		米 / 豚ひき肉 なす 人参 たまねぎ 土生姜 グリンピース 三温糖 濃口醤油 ごま油 片栗粉 削り節 / 木綿豆腐 人参 たまねぎ ほうれんそう 削り節 みそ (マカロニ きな粉 上白糖)	641kcal 26.7g 18.9g
4(火)	牛乳 ビスケット	ごはん ひじき団子あんかけ 茹でブロッコリー すまし汁	牛乳 くだもの(すいか) せんべい		米 / 豚ひき肉 ひじき缶 たまねぎ パン粉 木綿豆腐 塩 油 みりん 濃口醤油 片栗粉 / ブロッコリー / 大根 人参 ゆば しめじ みつば 薄口醤油 出し昆布 削り節 (すいか)	593kcal 24.2g 20.9g
5(水)	牛乳 ポーロ	ごはん 伴三糸 冬瓜のスープ 味付けのり	牛乳 ☆フルーツ白玉		米 / はるさめ ハム(ボンレス) 人参 きゅうり コーン缶(ホール) 酢 三温糖 濃口醤油 ごま油 白すりごま / とうがん 豚肉 濃口醤油 土生姜 人参 生しいたけ 青ねぎ スープストック 薄口醤油 / 味付けのり (みかん缶 パナナ もも缶 上白糖 白玉粉 絹こし豆腐)	601kcal 22.3g 12.5g
6(木)	牛乳 せんべい	ゆかりごはん 五目煮豆 みそ汁 デザート(キウイ)	牛乳 茹でとうもろこし かりんとう		米 ゆかり / 大豆 干しいたけ 人参 大根 三度豆 こんにゃく 三温糖 濃口醤油 削り節 代替) 豚肉 / 木綿豆腐 わかめ 人参 たまねぎ 青ねぎ みそ 削り節 / キウイフルーツ (とうもろこし)	557kcal 22.6g 14.2g
7(金)	牛乳 クラッカー	ごはん 蒲焼風 茹でキャベツ みそ汁	牛乳 ☆じゃが丸		米 / メルルーサ 片栗粉 油 濃口醤油 みりん 土生姜 酒 三温糖 代替) 豚肉 / キャベツ / 大根 人参 たまねぎ 青ねぎ 油揚げ みそ 削り節 (じゃがいも 片栗粉 塩 きざみやきのり バター サラダ油)	584kcal 25.9g 18.2g
8(土)	牛乳 せんべい	スープスパゲティ くだもの(りんご)	牛乳 ふかしおじゃが せんべい		スパゲッティ ベーコン 人参 たまねぎ キャベツ 青ねぎ 野菜スープの素 / りんご (じゃがいも)	519kcal 15.2g 11.0g
11(火)	牛乳 ビスケット	夏野菜カレー ドレッシングサラダ ヨーグルト	牛乳 ☆ホットケーキ		米 豚肉 なす とうもろこし かぼちゃ たまねぎ 人参 オクラ カレールウ スキムミルク 油 / キャベツ きゅうり レーズン みかん缶 油 酢 三温糖 塩 / ヨーグルト(プレーン) (ホットケーキミックス 油)	677kcal 22.4g 22.7g
12(水)	牛乳 ポーロ	ごはん 豚肉とごぼうのきんぴら みそ汁	牛乳 くだもの(すいか) せんべい		米 / 豚肉 ごぼう 三度豆 こんにゃく 人参 ごま油 濃口醤油 三温糖 白すりごま / かぼちゃ はくさい 人参 たまねぎ 青ねぎ 削り節 みそ (すいか)	526kcal 19.2g 11.7g
13(木)	牛乳 ウエハース	ごはん 煮魚 みそ汁	牛乳 ☆りんごジュースゼリー せんべい		米 / 赤魚 三温糖 濃口醤油 みりん 土生姜 酒 削り節 代替) 豚肉 / さつまいも 大根 たまねぎ 人参 青ねぎ みそ 削り節 (アップルジュース ゼリーの素)	578kcal 36.2g 11.3g
14(金)	牛乳 クッキー	ふりかけごはん 野菜と高野の卵とし みそ汁 デザート(バナナ)	牛乳 棒チーズ かりんとう		米 ふりかけ / 卵 豚ひき肉 はくさい 人参 干しいたけ 高野豆腐 三度豆 油 三温糖 濃口醤油 代替) コーン 代替) 豚肉 / なす か ぼちゃ たまねぎ えのきだけ 青ねぎ みそ 削り節 / バナナ (棒チーズ)	661kcal 30.5g 24.7g
15(土)	牛乳 せんべい	焼きうどん くだもの(キウイ)	牛乳 ふかしもち せんべい		うどん(ゆで) 豚肉 キャベツ 人参 たまねぎ 青ねぎ 油 花かつお 濃口醤油 / キウイフルーツ (さつまいも)	486kcal 17.3g 12.7g
17(月)	牛乳 せんべい	ごはん かぼちゃと昆布の旨煮 みそ汁	牛乳 ☆ポップコーン くだもの(りんご)		米 / 鶏肉 かぼちゃ 糸昆布 人参 グリンピース 削り節 三温糖 濃口醤油 みりん 油 代替) 豚肉 / 木綿豆腐 たまねぎ 人参 小松菜 みそ 削り節 (加熱用ポップコーン 油 塩)(りんご)	563kcal 21.9g 17.0g
18(火)	牛乳 ビスケット	黒糖コッペパン なす入りミートスパゲッティ コーンスープ デザート(メロン)	牛乳 ☆わらび餅		黒糖コッペパン / スパゲッティ なす バター 牛ひき肉 人参 たまねぎ しめじ ピーマン トマトケチャップ とんかつソース 粉チーズ 油 代替) 豚ひき肉 / むきえび じゃがいも クリームコーン缶 たまねぎ 人参 パセリ ポタージュの素 スキムミルク / アムスメロン (わらび粉 きな粉 上白糖)	748kcal 29.2g 22.1g
19(水)	牛乳 ポーロ	ごはん 魚の照り焼き きゅうりのごまあえ かきたま汁	牛乳 いちごロール		米 / さわら 三温糖 濃口醤油 みりん 酒 代替) 豚肉 / きゅうり 白すりごま 塩 / 卵 木綿豆腐 人参 チンゲンサイ 野菜スープの素 代替) 豚肉	688kcal 31.7g 21.8g
20(木)	牛乳 せんべい	ゆかりごはん 冬瓜あんかけ にゅうめん	牛乳 ☆ヨーグルトケーキ		米 ゆかり / とうがん 豚ひき肉 人参 グリンピース 濃口醤油 三温糖 みりん 片栗粉 削り節 / そうめん 人参 油揚げ しめじ 青ねぎ 削り節 出し昆布 薄口醤油 (ホットケーキミックス ベーキングパウダー バター 上白糖 ヨーグルト)	580kcal 19.9g 14.5g
21(金)	牛乳 クラッカー	混ぜご飯 マッシュポテトのオープン焼き ほうれん草スープ	牛乳 ☆みかんたっぷりゼリー せんべい		米 人参 エリンギ 油 削り節 みりん 白すりごま 濃口醤油 / じゃがいも 豚ひき肉 たまねぎ 油 塩 こしょう スキムミルク ピザ用 チーズ パン粉 油 パセリ / 木綿豆腐 ほうれんそう ベーコン 人参 野菜スープの素 油 (みかんジュース・濃縮還元 みかん缶 ゼリーの素 上白糖)	552kcal 31.3g 20.3g
22(土)	牛乳 せんべい	中華丼 わかめスープ	牛乳 ゼリー せんべい		米 豚肉 干しいたけ はくさい たけのこ缶 人参 たまねぎ 三度豆 濃口醤油 酒 みりん 片栗粉 野菜スープの素 ごま油 削り節 油 / 大根 人参 たまねぎ わかめ チンゲンサイ 野菜スープの素	500kcal 18.6g 11.7g
24(月)	牛乳 せんべい	カレーライス 煮びたし フレッシュゼリー	牛乳 型抜きチーズ かりんとう		米 豚肉 じゃがいも たまねぎ 人参 グリンピース カレールウ スキム ミルク 油 / キャベツ きゅうり しらす干し 濃口醤油 / フレッシュゼリー (型抜きチーズ)	740kcal 23.5g 20.8g
25(火)	牛乳 ビスケット	トースト(以上児は食パン) かぼちゃのキッシュ 野菜スープ デザート(キウイ)	牛乳 ☆あんこ団子 せんべい		食パン いちごジャム / かぼちゃ ほうれんそう たまねぎ ロースハム 卵 バター 牛乳 生クリーム 塩 こしょう ピザ用チーズ 代替) 豚肉 代替) コーン / 豚肉 もやし 人参 小松菜 しめじ 青ねぎ 野菜スープの素 油 濃口醤油 / キウイフルーツ (絹こし豆腐 白玉粉 上白糖 あずき・こしあん)	668kcal 28.4g 23.9g
26(水)	牛乳 ポーロ	ごはん 白身魚のあんかけ 茹で野菜 みそ汁	牛乳 くだもの(すいか) ビスケット		米 / メルルーサ 土生姜 塩 片栗粉 油 濃口醤油 三温糖 片栗粉 削り節 代替) 豚肉 / ブロッコリー 人参 / はくさい ごぼう 人参 小松菜 豚肉 たまねぎ 青ねぎ みそ 削り節 (すいか)	597kcal 29.2g 17.4g
27(木)	牛乳 ウエハース	ロールパン 豆腐のグラタン レタスのスープ	牛乳 茹でとうもろこし かりんとう		ロールパン 小 / 木綿豆腐 コーン缶(クリーム) ピザ用チーズ 豚ひき肉 人参 たまねぎ バター 塩 小麦粉 油 濃口醤油 トマトケチャップ ウスターソース 三温糖 代替) じゃがいも / ベーコン じゃがいも レタス 人参 パセリ 野菜スープの素 (とうもろこし)	632kcal 27.8g 28.6g
28(金)	牛乳 クッキー	カレー風味ピラフ チキンカツ 野菜スープ	牛乳 くだもの(メロン) せんべい		米 たまねぎ 人参 ピーマン カレー粉 トマトケチャップ 濃口醤油 菜スープの素 塩 油 / 鶏肉(30g) 小麦粉 パン粉 塩 とんかつ ソース 油 代替) 豚肉 / ベーコン はくさい えのきだけ 人参 じゃがいも 野菜スープの素 油 (アムスメロン)	723kcal 25.9g 28.6g
29(土)	牛乳 せんべい	わかめごはん 豚汁	牛乳 くだもの(バナナ) せんべい		米 出し昆布 酒 わかめ 薄口醤油 / 豚肉 大根 人参 しめじ たまねぎ こんにゃく 青ねぎ 削り節 みそ (バナナ)	463kcal 18.1g 10.1g
31(月)	牛乳 せんべい	ごはん 豚肉とひじきの炒り煮 みそ汁	りんごジュース ☆お好み焼き		米 / 豚肉 芽ひじき 人参 糸こんにゃく 三度豆 油揚げ ごま油 三温糖 濃口醤油 みりん 削り節 / チンゲンサイ 人参 たまねぎ えのきだけ 青ねぎ みそ 削り節 (豚肉 長いも キャベツ 焼きちくわ 小麦粉 天かす 粉かつお 油 あおのり(素干し) とんかつソース)	535kcal 18.7g 8.8g

☆印は手作りおやつです。 *3歳児未満児はトーストにジャムをぬります。3歳以上児は食パンにジャムが付きます。