

2020/12/1

12月の給食だより



池田市立やまばと学園

実施日 食品 名 Iネルギ-(kcal) ごはん 143 牛肉とれんこんのきんぴら 牛肉 れんこん 三度豆 こんにゃく 人参 焼きちくわ ごま油 濃口醤油 三温糖 白すりごま。 101 豆腐とわかめのみそ汁 木綿豆腐 わかめ はくさい えのきだけ 人参 青ねぎ 削り節 みそ。 60 パイン缶。 /せんべい。 パイン缶・菓子 21 • 19 ごはん 米。 143 えびのてんぷら・茹でブロッコリー 2(水) えび 小麦粉 卵 揚げ油 塩 とんかつソース 代替)豚肉。/ブロッコリー。 114 • 13 木綿豆腐 小松菜 たまねぎ 人参 出し昆布 削り節 薄口醤油。 すまし汁 45 /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 りんご。 デ) みかん /☆りんごケーキ みかん。 45 • 69 / スパゲッティ バター 牛ひき肉 ロールパン ロールパン。 142 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。** ミートスパゲッティー 195 3(木) | 華風卵スープ 卵 焼きちくわ たけのこ缶 しめじ ほうれんそう 野菜スープの素 ごま油 代替)豚肉。 61 バナナ**・**菓子 バナナ。 /せんべい。 26 • 45 ふりかけごはん 米のりかけ。 150 かぼちゃ 豚ひき肉 三度豆 三温糖 濃口醤油 油 土生姜 削り節。 かぼちゃのそぼろ煮 137 4(余) かす汁 鮭 大根 油揚げ こんにゃく えびいも 人参 青ねぎ 酒かす みそ 削り節 代替)豚肉。 93 ☆フルーツコーンフレーク みかん缶 もも缶 りんご バナナ レーズン 上白糖 コーンフレーク。 49.8 米 牛肉 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 **代替)豚肉**。 カレーライス 362 7(月) 炒めサラダ 大根 しらす干し ごま油 酢 三温糖 濃口醬油。 41 ヨーグルト ヨーグルト。 50 トースト(以上児は食パン) 食パン いちごジャム。 143 青菜と卵のソテー 卵 バター ハム じゃがいも 小松菜 人参 生しいたけ 油 塩 たまねぎ 代替)コーン。 135 8(火) 野菜スープ ベーコン キャベツ たまねぎ 人参 じゃがいも 野菜スープの素 油。 81 ☆キャラメルポテト さつまいも グラニュー糖 バター 油。 1146 ごはん 米。 143 石狩鍋 鮭 こんにゃく 人参 しろな 大根 じゃがいも 青ねぎ みそ 削り節 バター **代替)豚肉。** 120 9(水) 梅肉和え ほうれんそう はくさい 人参 梅肉 花かつお みりん 濃口醤油。 21 みかん。 /コッペパン キャベツ ウインナー トマトケチャップ とんかつソース 油 塩。 デ) みかん /☆ホットドッグ 45 • 232.2 ごはん *. 143 とんかつ・茹でキャベツ 豚肉へし肉 小麦粉 パン粉 塩 とんかつソース 油。 / キャベツ。 143 • 8 10^(木) みそ汁 大根 人参 こんにゃく さといも 油揚げ 青ねぎ みそ 削り節。 73 デ) みかん みかん。 /せんべい。 45 • 37 /菓子 ごはん 米。 143 さわら 三温糖 濃口醤油 みりん 酒 ゆず。 /ほうれんそう はくさい 白すりごま 三温糖 濃口醤油。 魚の柚子庵焼き・ごまあえ 123 • 21 11(余) 木綿豆腐 人参 たまねぎ チンゲンサイ 削り節 みそ。 みそ汁 62 ☆お好み焼き 豚肉 長いも キャベツ 焼きちくわ 小麦粉 卵 天かす 粉かつお 油 あおのり とんかつソース。 70.2 / 木綿豆腐 生ひき肉 ごはん 米. 143 麻婆豆腐 たまねぎ 人参 干ししいたけ にら 土生姜 油 みそ 濃口醤油 塩 三温糖 片栗粉 代替)じゃがいも。 136 14(月) わかめスープ はくさい 人参 たまねぎ わかめ チンゲンサイ 白すりごま 野菜スープの素。 17 ☆カレー肉まん ホットケーキミックス 豚ひき肉 人参 たまねぎ 油 小麦粉 カレー粉 トマトクチャップ ウスターソース 塩。 81 黒糖コッペパン。 黒糖コッペパン 199 シーチキンオムレツ 卵 にら ツナ缶 人参 たまねぎ 生しいたけ 油 トマトケチャップ **代替)豚肉 じゃがいも。** 142 ^{15(火)}スパゲッティースープ スパゲッティ ベーコン たまねぎ 人参 冷凍コーン マッシュルーム缶 パセリ 野菜スープの素 油。 85 キウイ・☆ポップコーン キウイフルーツ。 /加熱用ポップコーン 油 塩。 17 • 22.8 ごはん 143 照り焼きチキン・茹でキャベツ 鶏肉 三温糖 濃口醤油 土生姜 みりん 酒 油 代替)豚肉。 / キャベツ。 147 • 8 16(zk) みそ雑煮 油揚げ 白玉麩 生しいたけ はくさい 人参 みつば 削り節 みそ。 65 ☆フルーツゼリー ゼリーの素 パイン缶 みかん缶。 51 ごはん 143 メルルーサ 濃口醤油 土生姜 みりん 酒 片栗粉 油 代替)豚肉。 / ブロッコリー マヨネーズ。 白身魚の竜田揚げ・茹でブロッコリー 112 • 33 そうめん 人参 しめじ 油揚げ みつば 出し昆布 削り節 薄口醤油。 そうめんのすまし汁 54 デ) みかん /型抜きチーズ みかん。 /型抜きチーズ。 45 • 51 弁当 89 **月本盟本章本题公司公司本籍公司** 18(余) いちごロール いちごロール。 ごはん 米。 143 牛肉 大根 人参 こんにゃく 土生姜 青ねぎ 油 酒 削り節 赤みそ みそ みりん 三温糖 濃口醤油。 大根と牛肉の土手煮 85 21(日) すまし汁 木綿豆腐 たまねぎ 人参 しめじ ほうれんそう 薄口醤油 削り節 出し昆布。 44 デ) りんご /☆豆腐ドーナツ りんご。 /絹こし豆腐 ホットケーキミックス 油 上白糖。 20 • 93 ごはん 米。 143 さわら みそ 梅肉 みりん 酒 三温糖 油。 / ブロッコリー 白すりごま 濃口醤油。 魚の梅焼・ブロッコリーのごまあえ 132 • 32 22(火) 鶏肉 えびいも 人参 大根 ごぼう こんにゃく 青ねぎ 削り節 出し昆布 薄口醤油 とんぺい汁 53 ホットケーキミックス グリンティー 豆乳。 ☆抹茶蒸しパン 51 ごはん・味付けのり 米。 /味付けのり **代替) 焼きのり**。 143 • 五目煮豆 大豆 干ししいたけ 人参 大根 三度豆 こんにゃく 鶏肉 濃口醤油 削り節 **代替)豚肉。** 78 23(水) かぽちゃのみそ汁 かぼちゃ たまねぎ 人参 小松菜 みそ 削り節。 61 もも缶・菓子 もも缶。 /せんべい。 21 • 22.2 ごはん 米。 143 豚ひき肉 牛ひき肉 ひじき缶 豆乳 たまねぎ サラダ油 パン粉 塩 ウスターソース トマトケチャップ。/人参 ブロッコリー。 ミートローフ・茹でブロッコリー 151 • 13 24^(木) コンソメスープ 豚肉 じゃがいも たまねぎ 人参 青ねぎ スープストック 油。 51 プリン 代替)豆乳プリン プリンの素 **代替)豆乳プリン**(ゼラチン 豆乳 上白糖)。 80 • 49 / 豚ひき肉 むきえひ 鮭ごはん 米(鮭フレーク。 147 木綿豆腐 人参 たけのこ缶 チンゲンサイ 干ししいたけ 油 濃口醤油 スープストック 酒 三温糖 片栗粉。 豆腐と豚挽き肉のくず煮 148 25(金) 大根 はくさい 人参 たまねぎ 青ねぎ みそ 削り節。 みそ汁 45 みかん・菓子 みかん。 /せんべい。 45 • 22.2