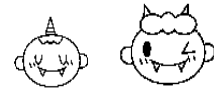


2月の給食だより



2021/2/1

池田市立やまばと学園

実施日	献立	食品名	1人分(kcal)
1(月)	そばろ丼 みそ汁 ☆ミルクあべかわ	米 豚ひき肉 たまねぎ 人参 土生姜 ほうれんそう 濃口醤油 三温糖 削り節。 じゃがいも 人参 たまねぎ 青ねぎ みそ 削り節。 牛乳 片栗粉 きな粉 上白糖。	277 56 76
2(火)	鬼っ子ごはん 煮魚 かみなり汁 ☆鬼まんじゅう	米 大豆 ひじき缶 人参 薄口醤油 酒 出し昆布。 赤魚 三温糖 濃口醤油 みりん 土生姜 酒 削り節 代替)豚肉。 木綿豆腐 じゃがいも たまねぎ 人参 青ねぎ みそ 削り節 ごま油。 ホットケーキミックス 上白糖 さつまいも。	164 177 79 64.2
3(水)	ごはん 豆腐と豚挽き肉のくず煮 そうめんのすまし汁 デ) みかん ☆みたらしだんご	米。 木綿豆腐 人参 たけのこ缶 チンゲンサイ 干しいたけ 油 濃口醤油 スープストック 酒 三温糖 片栗粉。 そうめん 人参 しめじ 小松菜 出し昆布 削り節 薄口醤油。 みかん。 /絹こし豆腐 白玉粉 上白糖 濃口醤油 片栗粉。	143 148 54 48.6
4(木)	ごはん みそかつ・茹でキャベツ ワンタンスープ くだもの	米。 豚肉へし肉 小麦粉 パン粉 みそ 赤みそ 塩 三温糖 みりん 油。 /キャベツ。 ワンタンの皮 人参 キャベツ しめじ 青ねぎ ごま油 野菜スープの素。 バナナ。	143 151・8 38 25.8
5(金)	ごはん 鮭の味噌マヨネーズ焼き・茹でブロッコリー けんちん汁 型抜きチーズ・菓子	米。 鮭 塩 こしょう 油 みそ マヨネーズ たまねぎ 代替)豚肉。 /ブロッコリー。 鶏肉 人参 ごぼう 大根 サラダ油 木綿豆腐 白ねぎ 薄口醤油 出し昆布 削り節。 型抜きチーズ。 /せんべい。	143 119・13 61 51・22.2
8(月)	ハヤシライス 炒めサラダ フレッシュゼリー	米 牛肉 じゃがいも たまねぎ 人参 しめじ グリンピース ハヤシルウ スキムミルク 油 代替)豚肉。 大根 きゅうり しらす干し ごま油 酢 三温糖 濃口醤油。 フレッシュゼリー。	367 41 44
9(火)	ロールパン にら玉のケチャップあんかけ カレーうどん デ) りんご	ロールパン。 卵 豚ひき肉 むきえび にら 人参 たまねぎ しめじ 油 トマトケチャップ 酢 三温糖 片栗粉 代替)豚肉 コーン じゃがいも。 うどん(ゆで) 豚肉 たまねぎ 人参 キャベツ 青ねぎ カレールウ 削り節。 りんご。	142 139 89 20
10(水)	ごはん 蒲焼風・茹でキャベツ みそ汁 くだもの・クッキー	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。 木綿豆腐 わかめ 人参 たまねぎ 青ねぎ みそ 削り節。 はっさく。 /クッキー。	143 134・8 61 40・25.2
12(金)	ごはん 煮ハンバーグ・茹でブロッコリー みそ汁 ☆バナナスコーン	米。 塩 牛乳 トマトケチャップ とんかつソース スープストック たまねぎ 三温糖 片栗粉。 /ブロッコリー。 大根 人参 たまねぎ 青ねぎ 油揚げ みそ 削り節。 ホットケーキ バナナ 豆乳 上白糖 オリーブ油 油。	143 222・13 51 66.6
15(月)	ごはん・味付けのり ひじきと五目煮豆 みそ汁 ☆りんごケーキ	米。 /味付けのり。 大豆 鶏肉 ひじき缶 れんこん 人参 三度豆 こんにゃく ごぼう 干しいたけ 三温糖 濃口醤油 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。 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。	143・32 92 82 69
16(火)	トースト(以上児は食パン) オムレツ 豆乳スープ ☆フルーツゼリー・菓子	食パン いちごジャム。 卵 にら 豚ひき肉 牛ひき肉 人参 たまねぎ 生しいたけ 油 トマトケチャップ 代替)じゃがいも コーン。 ベーコン 小松菜 むきえび たまねぎ じゃがいも 人参 野菜スープの素 油 豆乳 コーン缶(ホール)。 もも缶 みかん缶 パイン缶 上白糖 ゼラチン。 /せんべい。	143 159 88 51・22.2
17(水)	ごはん 豚肉とレンコンのきんぴら・きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁 お米マドレーヌとくだもの	米。 焼きちくわ ごま油 濃口醤油 三温糖 白すりごま。 /きゅうり わかめ 白すりごま 三温糖 濃口醤油 酢。 木綿豆腐 チンゲンサイ 人参 わかめ みそ 削り節。 さつまいも 上白糖 豆乳 お米マドレーヌ キウイフルーツ もも缶 みかん缶。	143 97・15 61 127
18(木)	黒糖コッペパン 白身魚と野菜のミルク煮 マカロニサラダ デ) バナナ ☆れんこんチップ	黒糖コッペパン。 すけとうだら 小麦粉 じゃがいも 人参 たまねぎ バター 牛乳 パセリ 油 シチューミックス 塩 こしょう 代替)豚肉。 マカロニ ロースハム 人参 きゅうり みかん缶 マヨネーズ 塩 代替)りんご。 バナナ。 /れんこん 油 塩 あおのり(素干し)。	119 152 141 28・34.2
19(金)	弁当日 フレッシュゼリー・菓子	フレッシュゼリー。 /せんべい。	44 22.8
22(月)	ごはん 豚肉とひじきの炒り煮 みそ汁 デ) みかん クラッカー	米。 豚肉 芽ひじき れんこん 人参 三度豆 糸こんにゃく 油揚げ ごま油 三温糖 濃口醤油 みりん 削り節。 大根 たまねぎ しめじ 人参 みつば 削り節 みそ。 みかん。 /クラッカー。	143 86 41 45・15
24(水)	カレーライス 炒めサラダ ヨーグルト	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。 大根 きゅうり しらす干し ごま油 酢 三温糖 濃口醤油。 ヨーグルト。	362 41 43
25(木)	ごはん 白身魚のケチャップあんかけ かきたま汁 ミニたいやき・菓子	米。 こしょう 油 たまねぎ 人参 グリンピース 三温糖 濃口醤油 トマトケチャップ 片栗粉 油 代替)豚肉。 卵 木綿豆腐 人参 チンゲンサイ 野菜スープの素 代替)豚肉。 ミニたいやき。 /せんべい。	143 159 64 68.4・22.2
26(金)	カラフルライス 鶏肉のマーマレード煮・茹でキャベツ ベーコンとレタスのスープ くだもの	米 人参 玉ねぎ コーン缶(ホール) グリンピース トマトケチャップ。 鶏もも マーマレード(和) 酒 濃口醤油 にんにく オレンジジュース 代替)豚へし肉。 /キャベツ。 ベーコン たまねぎ レタス 人参 油 パセリ 野菜スープの素。 キウイフルーツ。	169 153・8 65 40

☆印は手作りおやつです。

*毎日牛乳がつかます。 *3歳児未満児はトーストに、3歳以上児は食パンにジャムが付きます。