



# 2月の給食だより



2026/2/1

池田市立児童発達支援センター やまと学園

実施日	献立名	食 品 名	I摂ボ -(kcal)
2(月)	ハヤシライス サラダ ヨーグルト	米 豚肉 ジャガイモ 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。 ほうれんそう ロースハム キャベツ 塩 濃口醤油 酢 三温糖 ごま油 白すりごま。 ヨーグルト。	340.0 38.0 49.0
3(火)	鬼っ子ごはん 煮魚 かみなり汁 ☆鬼まんじゅう・菓子	米 大豆 ひじき缶 人参 油揚げ 薄口醤油 酒 出し昆布。 さば 三温糖 濃口醤油 みりん 土生姜 酒 削り節。 木綿豆腐 ジャガイモ 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。 /せんべい。	164.0 152.0 71.0 63・22.2
4(水)	ごはん チキンカツ・茹で野菜 すまし汁 フレッシュゼリー・菓子	米。 鶏むね肉 小麦粉 パン粉 塩 とんかつソース 油。 /キャベツ 人参。 大根 たまねぎ 人参 小松菜 薄口醤油 出し昆布 削り節。 フレッシュゼリー。 /せんべい。	137.0 157・11 27.0 134・22.2
5(木)	黒糖コッペパン にら玉のケチャップかけ ポトフ デ) バナナ ☆れんこんチップ・菓子	黒糖コッペパン。 卵 豚ひき肉 むきえび にら 人参 たまねぎ しめじ スープストック 油 トマトケチャップ。 ワインナー キャベツ ジャガイモ 人参 たまねぎ プロッコリー 野菜スープの素。 バナナ。 /れんこん 油 塩 あおのり(素干し)。 /サブレ。	117.0 132.0 72.0 31 33・27.6
6(金)	ごはん・味付けのり 豆腐チャンプル みそ汁 ☆ホットケーキ	米。 /味付けのり。 木綿豆腐 豚肉 たまねぎ 人参 もやし チンゲンサイ 油 濃口醤油 薄口醤油 みりん 塩。 はくさい 人参 たまねぎ えのきだけ わかめ みそ 削り節。 ホットケーキミックス 油。	137・27 96.0 40.0 99.0
9(月)	ごはん 煮込みハンバーグ・茹でプロッコリー- 野菜スープ 型抜きチーズ・菓子	米。 牛ひき肉 豚ひき肉 たまねぎ パン粉 塩 豆乳 トマトケチャップ とんかつソース スープストック 三温糖 小麦粉。 /プロッコリー。 ジャガイも キャベツ 人参 しめじ 青ねぎ 野菜スープの素 油。 型抜きチーズ。 /せんべい。	137.0 188・13 31.0 47・17.4
10(火)	ごはん 白身魚のあんかけ みそ汁 デ) みかん ☆キャットちゃんの蒸しケーキ	米。 ほき 片栗粉 土生姜 塩 こしょう 油 三温糖 濃口醤油 薄口醤油 片栗粉 油 ほうれんそう 人参。 木綿豆腐 さつまいも たまねぎ 人参 油揚げ みそ 削り節。 みかん。 /にんじんジュース ホットケーキミックス 上白糖。	137.0 149.0 91.0 49 52.8
12(木)	タコライス ワンタンスープ ☆イモンプラン風	米 豚ひき肉 トマト たまねぎ ピーマン トマトペースト トマトケチャップ ウターソース 三温糖 塩 カレー粉 油。 ワンタンの皮 むきえび 人参 キャベツ しめじ チンゲンサイ ごま油 野菜スープの素。 さつまいも 上白糖 豆乳 ホットケーキミックス もも缶 みかん缶 パイン缶。	257.0 44.0 91.8
13(金)	ごはん 豆腐の揚げボール・茹でプロッコリー- そうめんのすまし汁 キウイフルーツ・菓子	米。 木綿豆腐 鮭フレーク たまねぎ 青ねぎ 白洗いごま 小麦粉 卵 濃口醤油 油。 /プロッコリー マヨネーズ(卵なし)。 そうめん 人参 しめじ みつば 出し昆布 削り節 薄口醤油。 キウイフルーツ。 /せんべい。	137.0 131・22 52.0 15・22.2
16(月)	ごはん じゃこのかき揚げ 豚汁 ☆バナナスコーン	米。 しらす干し さつまいも 人参 たまねぎ 焼きちくわ みつば 小麦粉 長いも 油。 豚肉 大根 ごぼう 人参 しめじ こんにゃく 青ねぎ 削り節 みそ。 ホットケーキ バナナ 豆乳 上白糖 オリーブ油 油。	137.0 121.0 58.0 76.2
17(火)	ポークカレー 炒めサラダ フレッシュゼリー	米 豚肉 ジャガイも たまねぎ 人参 グリンピース カレールウ スキムミルク 油。 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。	359.0 39.0 134.0
18(水)	ごはん 白身魚のすりおろし人参ヨドレ焼き みそ汁・茹でキャベツ デ) キウイ ☆ミルクあべかわ	米。 ほき 酒 人参 マヨネーズ(卵なし) 濃口醤油。 木綿豆腐 はくさい たまねぎ 人参 チンゲンサイ みそ 削り節。 /キャベツ。 キウイフルーツ。 /牛乳 片栗粉 きな粉 上白糖。	137.0 70.0 58・7 15 74.4
19(木)	ロールパン ミートスパゲッティー 卵のスープ ☆かるかん・菓子	ロールパン。 スパゲッティー 合挽きミンチ 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 油。 卵 木綿豆腐 たまねぎ ほうれんそう 人参 野菜スープの素。 上新粉 ベーキングパウダー 人参 長いも 上白糖。 /せんべい。	139.0 184.0 53.0 61.2・22.2
20(金) 《弁当日》	弁当 米粉タルト	もものタルト。	87.0
24(火)	食パン オムレツ 豆乳スープ デ) みかん 棒チーズ・菓子	食パン いちごジャム。 卵 ほうれんそう 合挽きミンチ 人参 たまねぎ エリンギ 油 スープストック トマトケチャップ。 ジャガイも ベーコン たまねぎ 人参 コーン缶(ホール) 野菜スープの素 油 豆乳。 みかん。 /棒チーズ。 /かりんとう。	137.0 120.0 68.0 49 53・25.2
25(水)	ごはん 西京焼き・ひじきの炒り煮 すまし汁 ☆りんごジュースゼリー・菓子	米。 三温糖 酒 みりん。 /芽ひじき 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 人参 しめじ みつば 薄口醤油 削り節 出し昆布。 アップルジュース ゼリーの素。 /クラッカー。	137.0 143・46 21.0 30・28.8
26(木) 《カミカミティー》	ごはん 酢豚風 中華スープ ☆豆腐ドーナツ	米。 豚肉 濃口醤油 土生姜 たまねぎ 人参 たけのこ缶 干ししいたけ ピーマン 油 三温糖 濃口醤油 酢 片栗粉 トマトケチャップ。 キャベツ 人参 チンゲンサイ わかめ スープストック 油。 絹ごし豆腐 ホットケーキミックス 油 上白糖。	137.0 111.0 23.0 90.6
27(金)	ふりかけごはん 鶏肉ときのもの炒り煮 かきたま汁 りんご・菓子	米 ふりかけ。 鶏肉 里芋(冷凍) 人参 こんにゃく 干ししいたけ 三度豆 削り節 濃口醤油 三温糖 油。 卵 木綿豆腐 たまねぎ 小松菜 人参 片栗粉 出し昆布 削り節 薄口醤油。 りんご。 /サブレ。	143.0 127.0 68.0 25・27.6

☆印は手作りおやつです。 \*毎日牛乳がつきます。 \*食パンにジャムがつきます。