



2月の給食だより



池田市立やまばと学園

実施日	献立名	食品名	1人分(kcal)
1(火)	そぼろ丼 みそ汁 デ)みかん ☆ミルクあべかわ	米 豚ひき肉 糸こんにゃく たまねぎ 人参 ほうれんそう 土生姜 濃口醤油 三温糖 削り節。 さつまいも 大根 たまねぎ 人参 小松菜 みそ 削り節。 みかん。 /牛乳 片栗粉 きな粉 上白糖。	259 77 49・74.4
2(水)	ごはん 豆腐と豚挽き肉のくず煮 そうめんのすまし汁 型抜きチーズ・菓子	米。 豚ひき肉 むきえび 木綿豆腐 人参 たけのこ缶 かつお 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 みつば 出し昆布 削り節 薄口醤油。 型抜きチーズ。 /せんべい。	137 137 51 47・22.2
3(木)	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。 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。	136 82 71 63
4(金)	ごはん みそかつ・茹でキャベツ すまし汁 バナナ・菓子	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 人参。 大根 たまねぎ 人参 青ねぎ 薄口醤油 出し昆布 削り節。 バナナ。 /せんべい。	137 159・14 25 31・22.2
7(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。 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。	351 39 40
8(火)	トースト(以上児は食パン) にら玉のケチャップかけ ポトフ ☆カレーうどん・菓子	食パン いちごジャム。 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。 ウインナー キャベツ じゃがいも 人参 たまねぎ ブロッコリー 野菜スープの素。 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。 /せんべい。	137 131 85 48.6・22.2
9(水)	ごはん 蒲焼風・茹でキャベツ みそ汁 りんご・菓子	米。 メルルーサ 片栗粉 油 濃口醤油 みりん 土生姜 酒 三温糖。 /キャベツ 人参。 木綿豆腐 わかめ 人参 たまねぎ 青ねぎ みそ 削り節。 りんご。 /クッキー。	137 131・11 57 24.7・30.6
10(木)	ごはん 煮ハンバーグ・茹でブロッコリー ワンタンスープ ☆バナナスコーン	米。 牛ひき肉 豚ひき肉 たまねぎ パン粉 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。 ワンタンの皮 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。 ホットケーキミックス バナナ 豆乳 上白糖 オリーブ油 油。	137 203・14 36 63
14(月)	ごはん レンコンのきんぴら かぼちゃのみそ汁 デ)バナナ ☆キャロットちゃんの蒸しケーキ	米。 豚肉 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。 かぼちゃ たまねぎ 人参 小松菜 みそ 削り節。 バナナ。 /にんじんジュース ホットケーキミックス 上白糖。	137 95 54 31・48.6
15(火)	トースト(以上児は食パン) ミートスパゲッティ 野菜スープ ☆みたらしだんご	食パン いちごジャム。 スパゲティ 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。 ベーコン キャベツ えのきだけ たまねぎ 人参 チンゲンサイ じゃがいも 野菜スープの素 油。 絹こし豆腐 白玉粉 上白糖 濃口醤油 片栗粉。	137 213 80 46
16(水)	ごはん 西京焼き・煮干大根の含め煮 すまし汁(豆腐) ☆マドレーヌにトッピング	米。 さわら 白みそ 三温糖 酒 みりん。 /煮干大根 人参 油揚げ グリルピース 三温糖 濃口醤油 油。 木綿豆腐 わかめ 人参 しめじ みつば 薄口醤油 削り節 出し昆布。 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。	137 114・36 41 115.8
17(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 ☆れんこんチップ・菓子	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 シュミックス 塩 こしょう。 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。 れんこん 油 塩 あおのり(素干し)。 /せんべい。	117 139 129 33・23.4
18(金)	弁当日 フレッシュゼリー	フレッシュゼリー。	40
21(月)	ごはん 豆腐の野菜あんかけ みそ汁・きゅうりとわかめの酢の物 ☆フルーツゼリー	米。 木綿豆腐 豚肉 人参 生しいたけ はくさい みりん 濃口醤油 土生姜 片栗粉 きぬさや 削り節 塩。 大根 たまねぎ 人参 しめじ みつば 削り節 みそ。 /きゅうり わかめ 白すりごま 三温糖 濃口醤油 酢。 もも缶 みかん缶 パイン缶 上白糖 ゼラチン みかん缶詰(液汁)。	137 100 39・15 37.8
22(火)	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。 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(プレーン)。	333 39 39
24(木)	ロールパン オムレツ 豆乳スープ デ)みかん クラッカー	ロールパン。 卵 ほうれんそう 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。 ベーコン 小松菜 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)。 みかん。 /クラッカー。	139 121 68 49・22.8
25(金)	ごはん 白身魚のケチャップあんかけ ひじきの炒り煮 みそ汁 はっさく・菓子	米。 メルルーサ 片栗粉 土生姜 塩 こしょう 油 たまねぎ 人参 グリルピース 三温糖 濃口醤油 トマトケチャップ 片栗粉 油。 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。 かぼちゃ たまねぎ 人参 しめじ 青ねぎ 削り節 みそ。 はっさく。 /せんべい。	137 130 48 53 15・22.8
28(月)	ごはん・味付けのり 鶏肉とさといもの炒り煮 かきたま汁 みかん缶・菓子	米。 /味付けのり。 鶏肉 里芋 人参 こんにゃく ごぼう れんこん 干しいたけ 三度豆 削り節 濃口醤油 三温糖 油。 卵 木綿豆腐 人参 チンゲンサイ 野菜スープの素。 みかん缶。 /せんべい。	137・27 130 59 11.4・22.2

☆印は手作りおやつです。 *毎日牛乳がつきます。 *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。