



8月の給食だより



2023年8月1日

池田市立やまばと学園

実施日	献立名	食品名	I補給(kcal)
1(火)	ごはん ひじき団子あんかけ・茹でブロッコリー すまし汁 ☆かわりあべかわ	米。 豚ひき肉 ひじき缶 たまねぎ ミツハツダブルパン粉 木綿豆腐 塩 油 みりん 濃口醤油 片栗粉。 /ブロッコリー。 木綿豆腐 小松菜 たまねぎ 人参 出し昆布 削り節 薄口醤油。 マカロニ きな粉 上白糖。	137 185・14 41 72
2(水)	ごはん 豚肉とごぼうのきんぴら みそ汁 ☆フルーツ白玉	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。 みかん缶 バナナ もも缶 上白糖 白玉粉 絹こし豆腐。	137 76 59 63.6
3(木)	ロールパン マッシュポテトのオープン焼き ほうれん草スープ デ) キウイ 茹でとうもろこし	ロールパン。 じゃがいも 豚ひき肉 たまねぎ 油 塩 こしょう スライスチーズ 野菜スープの素 パン粉 油 バター。 木綿豆腐 ほうれん草 ベーコン 人参 野菜スープの素 油。 キウイフルーツ。 /とうもろこし。	139 108 57 17・33.6
4(金)	ごはん 蒲焼風・茹でキャベツ みそ汁 ☆みたらしだんご	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。 大根 人参 たまねぎ 青ねぎ 油揚げ みそ 削り節。 絹こし豆腐 白玉粉 上白糖 濃口醤油 片栗粉。	137 131・7 47 46.2
7(月)	ごはん・味付けのり 伴三糸 冬瓜のスープ ☆白桃ゼリー	米。 /味付けのり。 はるさめ ハム(ボルス) 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 鶏肉 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。 もも缶 ゼリーの素。	137・27 96 45 39.6
8(火)	トースト(以上児は食パン) 白身魚のトマトソース煮 野菜ソテー ☆寒天のきな粉かけ・菓子	食パン いちごジャム。 たら(まだら) 小麦粉 じゃがいも たまねぎ 人参 トマトピューレ にんにく トマトチャップ ブロッコリー スープストック 三温糖。 豚肉 たまねぎ キャベツ むきえび 黄パプリカ 赤パプリカ 緑パプリカ ピーマン 野菜スープの素。 塩 油 粉寒天 上白糖 きな粉 黒砂糖 塩。 /せんべい。	137 78 65 43.2・23.4
9(水)	夏野菜カレー ドレッシングサラダ ヨーグルト	米 豚肉 なす 冷凍コーン 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)。	290 67 39
10(木)	混ぜご飯 野菜と高野の卵とじ すまし汁 デ) バナナ 棒チーズ	米 人参 エリンギ 油 削り節 みりん 白すりごま 濃口醤油。 卵 豚ひき肉 はくさい 人参 干しいたけ 高野豆腐 三度豆 削り節 油 三温糖 濃口醤油 代替) 豚肉。 大根 人参 ゆば しめじ みつば 薄口醤油 出し昆布 削り節。 バナナ。 /棒チーズ。	174 159 30 31・53
17(木)	黒糖コッペパン かぼちゃのキッシュ 野菜スープ デ) メロン ☆わらび餅	黒糖コッペパン。 かぼちゃ ほうれん草 たまねぎ 卵 バター 牛乳 生クリーム 塩 こしょう 粉チーズ 代替) 豚肉 コーンスープ。 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。 アムスメロン。 /わらび粉 きな粉 上白糖。	117 177 32 24・57
18(金)	ケチャップ風味ピラフ チキンカツ・茹でキャベツ 野菜スープ いちごロール	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 野菜スープの素 塩 油。 鶏むね肉 小麦粉 パン粉 塩 とんかつソース 油。 /キャベツ。 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。 いちごロール。	163 157・7 74 85.5
21(月)	カレーライス ひじきの中華サラダ フレッシュゼリー	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。 ひじき缶 はるさめ ロースハム きゅうり 人参 コーン缶(ホール) 酢 三温糖 濃口醤油 ごま油。 フレッシュゼリー。	299 51 40
22(火)	トースト(以上児は食パン) なす入りミートスパゲッティ 野菜スープ デ) キウイ ☆じゃが丸	食パン いちごジャム。 スパゲッティ なす バター 豚ひき肉 人参 たまねぎ しめじ ピーマン トマトチャップ とんかつソース 粉チーズ 油。 豚肉 たまねぎ キャベツ 人参 木綿豆腐 ほうれん草 野菜スープの素。 キウイフルーツ。 /じゃがいも 片栗粉 塩 きざみやきのり バター サラダ油。	137 183 47 17・38.4
23(水)	ごはん 煮魚 みそ汁 ☆みかんたっぷりゼリー・菓子	米。 赤魚 三温糖 濃口醤油 みりん 土生姜 酒 削り節 ごぼう。 さつまいも 大根 たまねぎ 人参 青ねぎ みそ 削り節。 みかん缶 ゼリーの素。 /ビスケット。	137 104 76 40.2・12.6
24(木)	ロールパン 豆腐のグラタン レタスのスープ 茹でとうもろこし・菓子	ロールパン。 /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 トマトチャップ ウスターソース 三温糖。 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。 /かりんとう。	139 169 62 33.6・25.2
25(金)	ゆかりごはん 冬瓜あんかけ かきたま汁 ☆ヨーグルトケーキ	米 ゆかり。 とうがん むきえび 人参 グリンピース 濃口醤油 三温糖 みりん 片栗粉 削り節。 卵 木綿豆腐 人参 チンゲンサイ 野菜スープの素 代替) 豚肉。 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(プレーン)。	177 55 52 55.2
28(月)	ごはん なすのそぼろ煮 みそ汁 ☆お好み焼き	米。 豚ひき肉 なす 人参 たまねぎ 土生姜 三度豆 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 ほうれん草 削り節 みそ。 豚肉 長いも キャベツ 焼きちくわ 小麦粉 天かす 削り粉 油 あおのり(素干し) とんかつソース。	137 120 58 67.2
29(火)	ごはん 魚の照り焼き・五目煮豆 そうめんのすまし汁 ☆米粉蒸しパン	米。 濃口醤油 みりん 酒。 /大豆 鶏肉 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。 そうめん ゆば 人参 たまねぎ 青ねぎ 出し昆布 削り節 薄口醤油。 米粉 上白糖 ベーキングパウダー 油 豆乳 酢。	137 112・32 63 63
30(水)	ごはん みそかつ・茹でブロッコリー すまし汁 パイン缶・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。 /ブロッコリー。 大根 人参 たまねぎ はくさい 青ねぎ 薄口醤油 出し昆布 削り節。 パイン缶。 /せんべい。	137 159・14 26 19・23.4
31(木)	ロールパン ラタトゥユ ビーフンスープ ふかしもち・菓子	ロールパン。 /なす ピーマン 赤パプリカ たまねぎ スライスにんにく むきえび 人参 かぼちゃ トマト(缶詰) カット トマトチャップ スープストック 塩 こしょう 揚げ油。 ビーフン 豚肉 人参 たまねぎ しめじ わかめ 青ねぎ スープストック 油 濃口醤油。 さつまいも。 /せんべい。	139 71 58 60.6・23.4

☆印は手作りおやつです。

*毎日牛乳がつきます。

*3歳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。