



4月の給食だより



2024年4月1日

池田市立やまばと学園

実施日	献立名	食品名	177kcal
8(月)	ゆかりごはん キャベツのチャンプル みそ汁 ☆フライドポテト	米 ゆかり。 豚肉 キャベツ 木綿豆腐 人参 たまねぎ ほうれんそう 油 野菜スープの素 塩 濃口醤油 代替) じゃがいも。 かぼちゃ しめじ たまねぎ 人参 青ねぎ みそ 削り節。 じゃがいも サラダ油 塩。	143 94 58 55.2
9(火)	ロールパン えびポタージュ ほうれん草サラダ デ) パイン缶 ☆お好み焼き	ロールパン。 むきえび じゃがいも たまねぎ 人参 パセリ 油 ポタージュの素 スkimミルク 代替) 豚肉。 ほうれん草 冷凍コーン 大豆 みかん缶 油 酢 三温糖 白すりごま。 パイン缶。 / 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 とんかつソース。	139 111 88 19・67.2
10(水)	ごはん 白身魚の立つ田揚げ・茹でキャベツ かきたま汁 みかん缶・菓子	米。 メルルーサ 濃口醤油 土生姜 みりん 酒 片栗粉 油 代替) 豚肉。 / キャベツ とんかつソース。 卵 たまねぎ 人参 わかめ 薄口醤油 片栗粉 出し昆布 削り節 代替) 豚肉。 みかん缶。 / せんべい。	137 109・14 64 16・22.2
11(木)	カレーライス 炒めサラダ ヨーグルト	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kimミルク 油。 キャベツ 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)。	299 35 49
12(金)	ごはん・味付けのり えんどうの卵とし 沢煮椀 りんご・菓子	米。 / 味付けのり 代替) 焼きのり。 さやえんどう 鶏肉 人参 木綿豆腐 干しいたけ 卵 三温糖 薄口醤油 油 削り節 塩 代替) 豚肉 コーン。 豚肉 大根 人参 たけのこ缶 みつば 削り節 薄口醤油 塩 片栗粉。 りんご。 / かりんとう。	137・27 169 40 24.6・25.2
15(月)	中華丼 みそ汁 デ) りんご ☆焼きそば	米 豚肉 干しいたけ はくさい たけのこ缶 人参 たまねぎ 三度豆 濃口醤油 酒 みりん 片栗粉 野菜スープの素 ごま油 削り節 油。 木綿豆腐 人参 たまねぎ ほうれんそう わかめ 削り節 みそ。 りんご。 / 中華めん 豚肉 人参 たまねぎ キャベツ 青ねぎ 油 とんかつソース ウスターソース。	222 59 19・66.6
16(火)	ごはん ハンバーグ・茹でブロッコリー コーンスープ ☆フルーツヨーグルト和え	米。 牛ひき肉 豚ひき肉 たまねぎ パン粉 牛乳 油 塩 トマトケチャップ ウスターソース。 / ブロッコリー。 じゃがいも コーン缶(クリーム) たまねぎ 人参 パセリ ポタージュの素 スkimミルク。 バナナ いちご レーズン みかん缶 上白糖 ヨーグルト(プレーン)。	137 163・14 82 46.2
17(水)	ごはん 蒲焼風・茹で野菜 すまし汁 フレッシュゼリー・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 代替) 豚肉。 / キャベツ 人参。 白玉麩 小松菜 たまねぎ 人参 出し昆布 削り節 薄口醤油。 フレッシュゼリー。 / せんべい。	137 131・14 26 40・17.4
18(木)	ロールパン ポークビーンズ ほうれん草スープ ☆さつまいもの素揚げ	ロールパン。 豚肉 大豆 人参 たまねぎ じゃがいも スープストック トマトケチャップ ウスターソース 濃口醤油 三温糖 油。 木綿豆腐 ほうれん草 ベーコン 人参 冷凍コーン 野菜スープの素 油。 さつまいも 油。	139 107 61 85.8
19(金)	弁当日 お米タルト	さつまいもと栗のタルト。	87
22(月)	ごはん 焼き魚・たけのこの煮物 みそ汁 キウイ・菓子	米。 さば 塩 油 代替) 豚肉。 / 豚肉 たけのこ缶 人参 濃口醤油 三温糖 削り節。 大根 人参 たまねぎ ほうれんそう みそ 削り節。 キウイフルーツ。 / クラッカー。	137 136・27 41 17・19.2
23(火)	麻婆丼 わかめ卵スープ デ) りんご ☆かわりあべかわ	米 豚ひき肉 土生姜 木綿豆腐 たまねぎ 人参 生しいたけ 青ねぎ 油 みそ 濃口醤油 三温糖 塩 片栗粉 みりん 削り節 代替) じゃがいも。 大根 卵 人参 たまねぎ わかめ 野菜スープの素。 りんご。 / マカロニ きな粉 上白糖。	285 47 19・72
24(水)	ふりかけごはん 高野豆腐の含め煮・ブロッコリーのおかか和え すまし汁 ☆ミックドロップドーナツ	米 ふりかけ。 鶏肉 高野豆腐 はくさい 人参 干しいたけ 三度豆 三温糖 濃口醤油 酒 代替) 豚肉。 / ブロッコリー 花かつお 濃口醤油。 大根 人参 しめじ みつば 薄口醤油 出し昆布 削り節。 ホットケーキミックス 卵 りんご レーズン 油。	176 122・19 22 62.4
25(木)	ロールパン オムレツ風 豆乳スープ ☆みかんだっぶりゼリー・菓子	ロールパン。 卵 むきえび ベーコン たまねぎ しめじ グリルピース トマトケチャップ 油 代替) 豚肉 コーン じゃがいも。 ベーコン 小松菜 たまねぎ はくさい 人参 野菜スープの素 油 豆乳 コーン缶(ホ-ル)。 みかん缶 ゼリーの素。 / せんべい。	139 131 63 34.2・22.2
26(金)	ごはん すき焼き風煮 そうめんのすまし汁 パイン缶・菓子	米。 牛肉 木綿豆腐 糸こんにゃく はくさい 白ねぎ おつゆ麩 人参 たまねぎ 油 三温糖 濃口醤油 代替) じゃがいも 豚肉。 そうめん 人参 しめじ 小松菜 出し昆布 削り節 薄口醤油。 パイン缶。 / せんべい。	137 132 53 11.4・22.2
30(火)	ロールパン 白身魚のトマトソース煮 マカロニサラダ 棒チーズ・菓子	ロールパン。 たら 小麦粉 じゃがいも たまねぎ 人参 トマトソース パセリ にんにく トマトケチャップ スープストック 三温糖 代替) 豚肉。 マカロニ 人参 きゅうり ロースハム 冷凍コーン 塩 マヨネーズ こしょう。 棒チーズ。 / せんべい。	139 95 116 53・22.2

☆印は手作りおやつです。

*毎日牛乳がつきます。