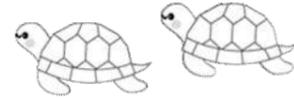


7月の給食だより



2024年7月1日

池田市立やまばと学園

実施日	食品名	1人分(kcal)
1(月)	夏野菜カレー ブロッコリーとコーンと人参のごまあえ フレッシュゼリー	290 47 40
2(火)	ごはん 魚の梅焼・豚肉とひじきの炒り煮 すまし汁 ☆かぼちゃプリン	137 121・26 45 34.2
3(水)	ごはん 炒り豆腐 豚汁 デ)メロン ☆フライドポテト	137 99 57 24・55.2
4(木)	ロールパン ラタトゥユ コンソメスープ 茹で枝豆・菓子	139 110 40 36・22.8
5(金)	ごはん えびフライ・茹で野菜 七タ汁 ゼリー・菓子	137 114・12 52 21・22.2
8(月)	ごはん 牛肉と里芋の甘辛炒め みそ汁 ☆かぼちゃのお焼き・菓子	137 191 75 71.4・22.2
9(火)	ごはん 豆腐の揚げボール・茹でブロッコリー みそ汁 ☆フルーツポンチ・菓子	137 134・33 76 44.4・22.2
10(水)	焼肉丼 すまし汁 棒チーズ・菓子	296 42 53・22.8
11(木)	ロールパン スクランブルエッグ 中華スープ デ)キウイ すいか・菓子	139 137 33 17・28.8・17.4
12(金)	ごはん 蒲焼風・茹でキャベツ みそ汁 ☆キャロットちゃんの蒸しケーキ	137 131・7 50 50.4
16(火)	食パン なすとトマトのチーズ焼き 豆乳スープ デ)メロン ☆かわりあべかわ	137 163 80 24・72
17(水)	ハヤシライス 炒めサラダ ヨーグルト	347 35 49
18(木)	ごはん さばのチョリム・ごまあえ わかめと大根のスープ ☆ポップコーン・バナナ	137 141・21 37 22.2・28.2
19(金)	ごはん ピーマン入りハンバーグ・茹で野菜 春雨スープ ☆ホットケーキ	137 151・9 28 49
22(月)	ごはん 豚肉と煮干大根の炒め煮 みそ汁 ☆ぶどうジュース寒天・菓子	137 99 58 186・22.8
23(火)	食パン トマトと卵のスープ 和風マカロニサラダ フレッシュゼリー・菓子	137 90 79 40・20.4
24(水)	ごはん 煮魚・酢の物 すまし汁 みかん缶・菓子	137 155・16 41 16・22.8
25(木)	ロールパン 豆腐と鶏挽き肉のガレット・茹でキャベツ 野菜スープ ☆フルーツヨーグルト和え・菓子	139 198・5 30 43.2
26(金)	ごはん 柳川風 みそ汁 デ)メロン 茹で枝豆・菓子	137 196 56 24・36・10.8
29(月)	ごはん なすの味噌炒め そうめんのすまし汁 ☆かわりあべかわ・菓子	137 110 51 72・22.2
30(火)	ごはん 豚肉とごぼうのきんぴら すまし汁 ☆フルーツコーンフレーク	137 76 41 49.8
31(水)	ごはん ひじき団子あんかけ・茹でブロッコリー かきたま汁 型抜きチーズ・菓子	137 189・14 66 28.2・17.4

☆印は手作りおやつです。

*毎日牛乳が付きます。

*食パンにジャムが付きます。