



8月の給食だより



2024年8月1日

池田市立やまばと学園

実施日	献立名	食品名	1人分(kcal)
1(木)	ロールパン	ロールパン。	139
	マッシュポテトのオープン焼き	じゃが芋 豚ひき肉 玉ねぎ 油 塩 こしょう スkimミルク ピザ用チーズ 野菜スープの素 パン粉 油 パセリ。	130
	ほうれん草スープ	木綿豆腐 ほうれん草 ベーコン 人参 野菜スープの素 油。	56
	デ) キウイ 茹でとうもろこし・菓子	キウイフルーツ。 /とうもろこし。 /かりんとう。	17・33.6・20.4
2(金)	ごはん	米。	137
	蒲焼風・茹でキャベツ	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。	131・7
	みそ汁	木綿豆腐 はくさい 人参 大根 青ねぎ みそ 削り節。	54
	みかん缶・菓子	みかん缶。 /せんべい。	9.6・17.4
5(月)	夏野菜カレー	米 豚肉 なす 冷凍コーン かぼちゃ 玉ねぎ 人参 オクラ カレールウ スkimミルク 油。	290
	ドレッシングサラダ	キャベツ きゅうり レーズン みかん缶 油 酢 三温糖 塩。	67
	ヨーグルト	ヨーグルト。	49
6(火)	ごはん	米。	137
	魚の照り焼き・五目煮豆	さわら 三温糖 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。	112・32
	かきたま汁	卵 木綿豆腐 人参 チンゲンサイ 片栗粉 野菜スープの素。	59
	☆米粉蒸しパン・菓子	米粉 上白糖 ベーキングパウダー 油 豆乳 酢。 /せんべい。	63・22.2
7(水)	ごはん・味付けのり	米。 /味付けのり。	137・27
	伴三糸	はるさめ ハム 人参 きゅうり コーン缶 酢 三温糖 濃口醤油 ごま油 白すりごま。	96
	冬瓜のスープ	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。	45
	☆白桃ゼリー・菓子	もも缶 ゼリーの素。 /せんべい。	39.6・22.2
8(木)	ロールパン	ロールパン。	139
	えびポタージュ	むきえび じゃが芋 玉ねぎ 人参 パセリ 油 ポタージュの素 スkimミルク。	103
	ほうれん草サラダ	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。	88
	すいか・菓子	すいか。 /せんべい。	28.8・17.4
9(金)	混ぜご飯	米 人参 油揚げ エリンギ 油 削り節 みりん 白すりごま 濃口醤油。	181
	野菜と高野の卵とじ	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。	149
	すまし汁	大根 人参 玉ねぎ はくさい 青ねぎ 薄口醤油 出し昆布 削り節。	26
	デ) バナナ フレッシュゼリー・菓子	バナナ。 /フレッシュゼリー。 /かりんとう。	31・20・20.4
16(金)	ケチャップ風味ピラフ	米 玉ねぎ 人参 ビーマン 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。	163
	チキンカツ・茹でキャベツ	鶏むね肉 小麦粉 パン粉 塩 とんかつソース 油。 /キャベツ。	157・7
	野菜スープ	ベーコン キャベツ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 野菜スープの素 油。	74
	☆高野豆腐のラスク・菓子	高野豆腐 上白糖 バター 牛乳。 /せんべい。	58.2・22.2
19(月)	カレーライス	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース カレールウ スkimミルク 油。	299
	ひじきの中華サラダ	ひじき缶 はるさめ ロースハム きゅうり 人参 コーン缶 酢 三温糖 濃口醤油 ごま油。	51
	ヨーグルト	ヨーグルト。	49
20(火)	食パン	食パン いちごジャム。	137
	なす入りミートスパゲッティー	スパゲッティ なす バター 牛ひき肉 人参 玉ねぎ しめじ ビーマン トマトケチャップ とんかつソース 粉チーズ 油。	183
	野菜スープ	豚肉 玉ねぎ キャベツ 人参 木綿豆腐 ほうれん草 野菜スープの素。	47
	デ) メロン ☆さつまいもの素揚げ	アムスメロン。 /さつまいも 油。	24・99.1
21(水)	ごはん	米。	137
	煮魚	赤魚 三温糖 濃口醤油 みりん 土生姜 酒 削り節 ごぼう。	104
	みそ汁	さつまいも 大根 玉ねぎ 人参 青ねぎ みそ 削り節。	76
	☆みかんたっぷりゼリー・菓子	みかん缶 ゼリーの素。 /ビスケット。	40.2・20.4
22(木)	ロールパン	ロールパン。	139
	豆腐のグラタン	木綿豆腐 コーン缶 ピザ用チーズ 豚ひき肉 人参 玉ねぎ バター 塩 小麦粉 油 濃口醤油 トマトケチャップ クスター・ソース 三温糖。	169
	レタスのスープ	ベーコン じゃが芋 レタス 人参 パセリ 野菜スープの素。	62
	茹でとうもろこし・菓子	とうもろこし。 /かりんとう。	33.6・20.4
23(金)	ゆかりごはん	米 ゆかり。	143
	冬瓜あんかけ	とうがん 鶏肉 人参 グリンピース 濃口醤油 三温糖 みりん 片栗粉 削り節。	78
	そうめんのすまし汁	そうめん ゆば 人参 玉ねぎ 青ねぎ 出し昆布 削り節 薄口醤油。	63
	☆ヨーグルトケーキ・菓子	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。 /せんべい。	57・22.2
26(月)	ごはん	米。	137
	なすのそぼろ煮	豚ひき肉 なす 人参 玉ねぎ 土生姜 三度豆 三温糖 濃口醤油 ごま油 片栗粉 削り節。	120
	みそ汁	木綿豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 削り節 みそ。	58
	☆お好み焼き	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。	67.2
27(火)	食パン	食パン いちごジャム。	137
	白身魚のトマトソース煮	たら 小麦粉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 トマトピューレ にんにく トマトケチャップ フロccoliリー スープストック 三温糖。	78
	野菜ソテー	豚肉 玉ねぎ キャベツ むきえび 黄パプリカ 赤パプリカ オレンジパプリカ ビーマン 野菜スープの素 塩 油。	66
	☆寒天のきなこかけ・菓子	粉寒天 上白糖 きな粉 黒砂糖 塩。 /せんべい。	43.2・22.2
28(水)	ごはん	米。	137
	みそかつ・茹で野菜	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。	159・11
	みそ汁	木綿豆腐 チンゲンサイ 人参 玉ねぎ みそ 削り節。	56
	パイン缶・菓子	パイン缶。 /せんべい。	11.4・17.4
29(木)	黒糖コッペパン	黒糖コッペパン。	117
	かぼちゃのキッシュ	かぼちゃ ほうれん草 玉ねぎ ロースハム 卵 バター 牛乳 生クリーム 塩 こしょう 粉チーズ スープストック。	179
	野菜スープ	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。	32
	デ) バナナ ふかしいも・菓子	バナナ。 /さつまいも。 /せんべい。	31・60.6・22.2
30(金)	ごはん	米。	137
	さばの煮付け・フロccoliリーのごまあえ	さば 土生姜 酒 濃口醤油 三温糖 みりん 削り節。 /フロccoliリー 白すりごま 濃口醤油。	151・28
	みそ汁	かぼちゃ 油揚げ 玉ねぎ 人参 しめじ 青ねぎ 削り節 みそ。	67
	☆キャロットちゃんの蒸しケーキ	にんじんジュース ホットケーキミックス 上白糖。	48.6