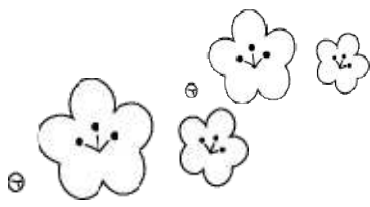


3月の給食だより



2025/3/1		池田市立やまばと学園	
実施日	献立名	食品名	1人1食(kcal)
3(月) 【特別献立】	ちらし寿司	米 酒 出し昆布 上白糖 酒 酢 人参 れんこん かにかまぼこ 干しいたけ 卵 油 三度豆 上白糖 濃口醤油 きざみやきのり。	223
	さわらの若草パン粉焼き・きゅうりの塩もみ	さわら 小麦粉 塩 パン粉 あおのり 油 とんかつソース。 /きゅうり 塩。	161・5
	すまし汁	大根 手まり麩 しめじ 人参 小松菜 出し昆布 薄口醤油 削り節。	26
	ゼリー・菓子	ひなゼリー。 /ひなあられ。	47.6・18.6
4(火)	食パン	食パン いちごジャム。	137
	ビーフンソテー	豚肉 ビーフン たまねぎ 人参 ピーマン 生しいたけ たけのこ缶 油 三温糖 濃口醤油 削り節。	109
	かぼちゃのポタージュ	むきえび 鶏肉 たまねぎ 人参 かぼちゃ ポタージュの素 バター スkimミルク パセリ。	159
	デ)バナナ フレッシュゼリー	バナナ。 /フレッシュゼリー。	31・40
5(水)	ごはん	米。	137
	鮭のちゃんちゃん焼き	鮭 人参 たまねぎ ピーマン キャベツ しめじ バター みそ みりん 三温糖。	128
	そうめんのすまし汁	そうめん 人参 まいたけ チンゲンサイ 出し昆布 削り節 薄口醤油。	51
	☆さつまいもの素揚げ	さつまいも 油。	86
6(木)	弁当日 米粉タルト	もものタルト。	52.2
7(金)	ごはん	米。 /卵 かにかまぼこ たまねぎ 人参 生しいたけ 赤ﾊﾞﾌﾞﾗｯｸ 黄ﾊﾞﾌﾞﾗｯｸ	137
	芙蓉蟹	にら 塩 濃口醤油 三温糖 酒 油 グリンピース 片栗粉 三温糖 酒 塩 濃口醤油 スｰﾌﾞｽﾄｯｸ。	119
	野菜スープ	豚肉 たまねぎ キャベツ 木綿豆腐 ほうれんそう 野菜スープの素。	44
	☆バナナ蒸しケーキ	ホットケーキミックス バナナ 上白糖 生クリーム。	82.2
10(月)	カレーライス	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kimミルク 油。	333
	フルーツサラダ(マヨネーズ)	バナナ りんご みかん缶 きゅうり 塩 レーズン マヨネーズ。	67
	フレッシュゼリー	フレッシュゼリー。	40
11(火) かみミデ	ごはん	米。	137
	とんかつ・茹でキャベツ	豚肉ﾍﾚ肉 小麦粉 パン粉 塩 油。 /キャベツ とんかつソース。	126・14
	菜の花のすまし汁	菜の花 たけのこ缶 人参 白玉麩 出し昆布 削り節 薄口醤油。	18
	☆えんどうのかるかん・菓子	米粉 ｹｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ 上白糖 長いも さやえんどう。 /かりんとう。	57・25.2
12(水)	ごはん	米。 /豚肉 土生姜 木綿豆腐 はくさい たまねぎ	137
	豆腐入り中華炒め	人参 生しいたけ むきえび 青ねぎ 油 ごま油 野菜スープの素 濃口醤油 塩 片栗粉。	114
	中華そば	中華めん 豚肉 キャベツ 人参 もやし ほうれんそう 油 濃口醤油 スｰﾌﾞｽﾄｯｸ(中華用)。	64
	デ)バナナ ☆かわりあべかわ	バナナ。 /マカロニ きな粉 上白糖。	31・72
13(木)	ごはん	米。	137
	さばのみそ煮・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのおかか和え	さば 土生姜 みそ 酒 濃口醤油 三温糖 みりん 削り節。 /ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 花かつお 濃口醤油。	149・14
	けんちん汁	鶏肉 木綿豆腐 人参 大根 生しいたけ みつば 油 薄口醤油 削り節。	79
	りんご・菓子	りんご。 /せんべい。	24.6・22.2
14(金)	赤飯	米 もち米 小豆。	153
	えびフライ・茹でキャベツ	えび(ﾌﾗｲ用) 卵 小麦粉 パン粉 油 トマトｹﾁｬｯﾌﾟ とんかつソース。 /キャベツ。	114・7
	青菜のすまし汁	ほうれん草 人参 生しいたけ 大根 出し昆布 削り節 薄口醤油。	23
	☆かぼちゃプリン・菓子	プリンの素 かぼちゃペースト。 /せんべい。	57・22.2
17(月)	ごはん	米。	137
	豆腐と鶏挽き肉のｶﾞｯﾄ・茹でﾌﾞﾛｯｺﾘｰ	鶏ひき肉 木綿豆腐 土生姜 白洗いごま たまねぎ 小麦粉 塩 片栗粉 油。 /ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ マヨネーズ。	179・33
	みそ汁	さつまいも 大根 たまねぎ 人参 青ねぎ みそ 削り節。	76
	☆カレーうどん	うどん 豚肉 たまねぎ 人参 キャベツ カレールウ スｰﾌﾞｽﾄｯｸ。	63
18(火)	ごはん	米。	137
	えんどうの卵とじ	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。	178
	そうめんのすまし汁	そうめん 人参 しめじ ほうれんそう 出し昆布 削り節 薄口醤油。	52
	デ)バナナ ☆メロンパントースト	バナナ。 /食パン ホットケーキミックス バター 上白糖 牛乳 バニラエッセンス グラニュー糖。	31・74.4
19(水)	ごはん	米。	137
	肉じゃが	牛肉 じゃがいも たまねぎ 人参 糸こんにゃく 三度豆 三温糖 濃口醤油 油。	131
	みそ汁	木綿豆腐 チンゲンサイ 人参 たまねぎ みそ 削り節。	56
	みかん・菓子	みかん。 /せんべい。	49・22.2
21(金)	ごはん	米。	137
	クリームシチュー	鶏肉 むきえび じゃがいも たまねぎ にんじん ｾﾁｭｰﾐｯｸｽ スkimミルク バター。	161
	煮びたし	キャベツ きゅうり しらす干し 濃口醤油。	12
	フレッシュゼリー・菓子	フレッシュゼリー。 /せんべい。	40・27.6
24(月)	ごはん	米。	137
	高野豆腐の含め煮	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 削り節。	111
	かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ たまねぎ 人参 小松菜 みそ 削り節。	54
	☆お好み焼き・菓子	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。 /せんべい。	112・22.2

☆印は手作りおやつです。 *毎日牛乳がつきます。 *食パンにジャムが付きます。