



# 4月の給食だより



2025/4/1

池田市立やまばと学園

実施日	献立名	食品名	I補給-(kcal)
7(月)	ゆかりごはん キャベツのチャンプル みそ汁 菓子・棒チーズ	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。 かぼちゃ しめじ たまねぎ 人参 青ねぎ みそ 削り節。 せんべい。 /棒チーズ。	143 90 58 22.2・53
8(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 スキムミルク。 ほうれんそう 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(素干し) とんかつソース。	139 120 88 19・67.2
9(水)	ごはん 白身魚の立つ田揚げ・茹でキャベツ すまし汁 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。 /キャベツ とんかつソース。 白玉麩 小松菜 たまねぎ 人参 出し昆布 削り節 薄口醤油。 みかん缶。 /せんべい。	137 106・14 26 9.6・22.2
10(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 ほうれんそう 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
11(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。 さやえんどう 鶏肉 人参 木綿豆腐 干しいたけ 卵 はくさい 三温糖 薄口醤油 油 削り節 塩。 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・27 167 40 22.2・25.2
14(月)	中華丼 みそ汁 デ) りんご ☆焼きそば・菓子	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。 /せんべい。	222 59 19 66.6・22.2
15(火)	ごはん 蒲焼風・茹で野菜 わかめ卵スープ ☆フルーツヨーグルト和え	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 人参。 大根 卵 人参 たまねぎ わかめ 野菜スープの素。 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)。	137 131・12 47 46.2
16(水)	ごはん ハンバーグ・茹でブロッコリー コーンスープ フレッシュゼリー・菓子	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 スキムミルク。 フレッシュゼリー。 /せんべい。	137 163・14 82 40・22.2
17(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 スキムミルク 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
18(金)	弁当日 お米De(市販)・菓子	さつまいもと栗のタルト。 /せんべい。	87・22.2
21(月)	ごはん 焼き魚・たけのこの煮物 かぼちゃのみそ汁 キウイ・菓子	米。 さば 塩 油。 /豚肉 たけのこ缶 人参 濃口醤油 三温糖 削り節。 かぼちゃ たまねぎ 人参 小松菜 みそ 削り節。 キウイフルーツ。 /クラッカー。	137 136・27 54 17・19.2
22(火)	麻婆丼 かきたま汁 デ) もも缶 ☆ミックドアップドーナツ	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。 卵 たまねぎ 人参 わかめ 薄口醤油 片栗粉 出し昆布 削り節。 もも缶。 /ホットケーキミックス 卵 りんご レーズン 油。	278 64 29・62.4
23(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 ☆フライドポテト	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 削り節 酒。 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。 じゃがいも 油 塩。	142 132・16 22 55.2
24(木)	ロールパン オムレツ風 豆乳スープ ☆みかんたっぷりゼリー・菓子	ロールパン。 卵 むきえび ベーコン たまねぎ しめじ グリンピース トマトケチャップ スープストック 油。 ベーコン 小松菜 たまねぎ はくさい 人参 豆乳 野菜スープの素 油 コーン缶。 みかん缶 ゼリーの素。 /せんべい。	139 137 60 34.2・22.2
25(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。 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
28(月)	ごはん 炒り豆腐 みそ汁 デ) いよかん ☆ホットケーキ	米。 鶏肉 木綿豆腐 たまねぎ 人参 干しいたけ ほうれんそう 油 三温糖 濃口醤油 削り節。 じゃがいも 人参 たまねぎ わかめ 青ねぎ みそ 削り節。 いよかん。 /ホットケーキミックス 油。	137 116 61 25・48.6
30(水)	ごはん さばのごまマヨ焼き・茹でキャベツ 豚汁 ☆かわりあべかわ	米。 さば 白すりごま マヨネーズ 酒 濃口醤油 三温糖 ごま油。 /キャベツ。 豚肉 大根 人参 しめじ たまねぎ こんにゃく 青ねぎ 削り節 みそ。 マカロニ きな粉 上白糖。	137 188・5 57 72

☆印は手作りおやつです。

☆毎日牛乳がつかます。