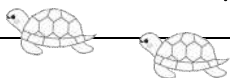


7月の給食だより

2026/7/1



池田市立児童発達支援センターやまばと学園

実施日	献立名	食品名	エネルギー(kcal)
1(水)	ハヤシライス ブロッコリーのごまマヨドレあえ ヨーグルト	米 牛肉 じゃがいも たまねぎ 人参 しめじ グリンピース ハヤシルウ スkimミルク 油。 ブロッコリー 人参 コーン缶（ホール） マヨネーズ（卵なし） 濃口醤油 白すりごま。 ヨーグルト（プレーン）。	351 47 39
2(木)	ロールパン・豆腐と鶏挽き肉のナゲット 茹でキャベツ 野菜スープ ☆フルーツコーンフレーク・菓子	ロールパン。/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 トマトケチャップ。 キャベツ。 かぼちゃ レタス 人参 しめじ 青ねぎ 野菜スープの素 濃口醤油。 みかん缶 もも缶 りんご レーズン 上白糖 コーンフレーク。/せんべい。	139・198 6 31 46.8・22.2
3(金)	ごはん 魚の梅焼・豚肉とひじきの炒り煮 すまし汁 棒チーズ・菓子	米。 さわら みそ 梅肉 みりん 酒 三温糖 油。/豚肉 芽ひじき 人参 糸こんにゃく 三度豆 油揚げ ごま油 三温糖 濃口醤油 みりん 削り節。 木綿豆腐 小松菜 人参 たまねぎ 出し昆布 削り節 薄口醤油。 棒チーズ。/パイ。	137 122・26 45 53・33.6
6(月)	ごはん 豆腐の揚げボール・茹で野菜 みそ汁 ☆かぼちゃのおやき・菓子	米。 木綿豆腐 鮭フレーク たまねぎ 青ねぎ 白洗いごま 小麦粉 卵 濃口醤油 油。/キャベツ 人参。 さつまいも 小松菜 たまねぎ 人参 青ねぎ みそ 削り節。 小麦粉 片栗粉 かぼちゃ 油 上白糖。/せんべい。	137 133・12 75 54.6・22.2
7(火) 〈特別献立〉	ごはん 牛肉と里芋の甘辛炒め 七タ汁 ゼリー・菓子	米。 牛肉 里芋（冷凍） 生揚げ 土生姜 えのきだけ 青ねぎ ごま油 油 みりん 三温糖 濃口醤油。 そうめん 人参 オクラ 出し昆布 削り節 薄口醤油。 七タゼリー。/せんべい。	137 174 52 21・6
8(水)	タコライス 春雨スープ デ）バナナ ☆ぶどうジュース寒天・菓子	米 豚ひき肉 トマト たまねぎ ピーマン トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース 三温糖 塩 カレー粉 油。 はるさめ 人参 たまねぎ チンゲンサイ しめじ 野菜スープの素。 バナナ。 ぶどうジュース 粉寒天 上白糖。/せんべい。	228 25 31 18.6・22.8
9(木)	ロールパン スクランブルエッグ 豆乳スープ ゆで枝豆・菓子	ロールパン。 卵 バター ツナ缶 コーン缶（ホール） 人参 たまねぎ しめじ グリンピース スープストック 塩。 ベーコン 小松菜 むきえび たまねぎ じゃがいも 人参 野菜スープの素 油 豆乳。 えだまめ。/せんべい。	139 139 68 36・23.4
10(金)	ごはん えびフライ・茹でブロッコリー みそ汁 ☆フルーツボンチ・菓子	米。 えび（フライ用） 卵 小麦粉 パン粉 油 トマトケチャップ とんかつソース。/ブロッコリー。 さつまいも たまねぎ 人参 青ねぎ みそ 削り節。 りんご バナナ パイン缶 上白糖 レモン（果汁）。/せんべい。	137 112・19 76 44.4・22.2
13(月)	ごはん ピーマン入りハンバーグ・茹で野菜 すまし汁 みかん缶・菓子	米。 合挽きミンチ たまねぎ パン粉 牛乳 ピーマン 芽ひじき 油 塩 トマトケチャップ ウスターソース。/人参。 木綿豆腐 人参 大根 わかめ みつば 野菜スープの素。 みかん缶。/クラッカー。	137 149・9 29 16・22.8
14(火)	トースト なすとトマトのチーズ焼き 中華スープ デ）メロン・☆フライドポテト	食パン いちごジャム。/なす トマト 豚ひき肉 たまねぎ ほうれんそう 人参 しめじ 小麦粉 トマトケチャップ 三温糖 バター 塩 こしょう スープストック ピザ用チーズ。 ベーコン もやし 人参 小松菜 生しいたけ 野菜スープの素 濃口醤油 油 白すりごま。 アムスメロン。/じゃがいも サラダ油 塩。	137 162 32 24・55.2
15(水)	夏野菜カレー 炒めサラダ フレッシュゼリー	米 豚肉 スキーニ 冷凍コーン かぼちゃ たまねぎ 人参 オクラ 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。 フレッシュゼリー。	290 35 40
16(木)	ごはん 柳川風 みそ汁 ☆ホットケーキ・菓子	米。 牛肉 ごぼう 人参 はくさい 三度豆 卵 濃口醤油 三温糖 酒 みりん 油 削り節。 木綿豆腐 チンゲンサイ 人参 たまねぎ みそ 削り節。 ホットケーキミックス 油。/せんべい。	137 196 56 59.4・22.2
17(金)	ごはん さばのチョリム・ごまあえ 野菜スープ ☆ポップコーン・キウイフルーツ	米。 さば 濃口醤油 三温糖 赤みそ にら にんにく こしょう 酢。/ほうれんそう はくさい 白すりごま 三温糖 濃口醤油。 豚肉 じゃがいも たまねぎ 人参 パセリ 野菜スープの素 油。 加熱用ポップコーン 油 塩。/キウイフルーツ。	137 141・21 40 22.2・9
21(火)	ごはん 豚肉と煮干大根の炒め煮 みそ汁 ☆かぼちゃプリン・菓子	米。 豚肉 煮干大根 油揚げ 人参 三度豆 油 削り節 三温糖 濃口醤油。 木綿豆腐 人参 たまねぎ ほうれんそう 削り節 みそ。 プリンの素 かぼちゃペースト。/せんべい。	137 106 58 34.2・22.2
22(水)	トースト トマトと卵のスープ 和風マカロニサラダ ☆チーズスティッククッキー・菓子	食パン いちごジャム。 卵 豚肉 トマト じゃがいも たまねぎ パセリ野菜スープの素 片栗粉。 マカロニ ロースハム 人参 きゅうり 冷凍コーン 酢 濃口醤油 三温糖 白すりごま 塩。 ホットケーキミックス バター 粉チーズ。/せんべい。	137 84 79 83.4・22.2
23(木)	ごはん 豚肉とごぼうのきんぴら すまし汁 デ）すいか・☆かわりあべかわ	米。 豚肉 ごぼう 三度豆 こんにゃく 人参 ごま油 濃口醤油 三温糖 白すりごま。 木綿豆腐 小松菜 たまねぎ 人参 出し昆布 削り節 薄口醤油。 すいか。/マカロニ きな粉 上白糖。	137 79 41 31・7.2
24(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・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。/キャベツ。 じゃがいも 人参 たまねぎ わかめ 青ねぎみそ 削り節。 にんじんジュース ホットケーキミックス 上白糖。/せんべい。	137 131・8 50 50.4・22.2
27(月)	ごはん なすの味噌炒め そうめんのすまし汁 デ）すいか・ゆで枝豆・菓子	米。 豚肉 たまねぎ なす 人参 むきえび にら みそ 削り節 三温糖 濃口醤油 ごま油 片栗粉。 そうめん 人参 しめじ みつば 出し昆布 削り節 薄口醤油。 すいか。/えだまめ。/ビスケット。	137 110 51 31・36・25.2
28(火)	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 ☆フルーツヨーグルト和え・菓子	米。/豚ひき肉 ひじき缶 たまねぎ ミックスベジタブル パン粉 木綿豆腐 片栗粉 塩 油 みりん 濃口醤油 片栗粉。/ブロッコリー。 卵 たまねぎ 人参 わかめ 薄口醤油 片栗粉 出し昆布 削り節。 バナナ レーズン みかん缶 上白糖 ヨーグルト（プレーン）。/せんべい。	137 187・14 65 39・22.2
29(水)	ごはん 煮魚・酢の物 すまし汁 型抜きチーズ・菓子	米。 さば 三温糖 濃口醤油 みりん 土生姜 酒 削り節。/きゅうり しらす干し わかめ 濃口醤油 酢 三温糖。 木綿豆腐 しめじ 人参 みつば 出し昆布 削り節 薄口醤油。 型抜きチーズ。/クラッカー。	137 155・16 40 47・22.8
30(木)	ロールパン ラタトゥユ わかめと大根のスープ ☆さつまいもの素揚げ・菓子	ロールパン。/なす ピーマン 赤パプリカ たまねぎ スキーニ にんにく ウイナー 人参 かぼちゃ トマト（缶詰）カット トマトケチャップ スープストック 塩 こしょう オリーブ油。 大根 わかめ たまねぎ 人参 しめじ 野菜スープの素 白すりごま。 さつまいも 油。/せんべい。	139 116 18 85.8・22.2
31(金)	ごはん 炒り豆腐 豚汁 フレッシュゼリー	米。 豚ひき肉 木綿豆腐 たまねぎ 人参 生しいたけ ほうれんそう 油 三温糖 濃口醤油。 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。 フレッシュゼリー。	137 99 58 40

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