



# 11月の給食だより



2025/11/1

池田市立児童発達支援センター やまぼと学園

実施日	献立名	食品名	1人1食分(kcal)
4(火)	食パン	食パン りんごジャム。	142
	かぼちゃのポタージュ	たまねぎ 人参 かぼちゃ ベーコン ポタージュの素 バター スkimミルク パセリ。	146
	マカロニのマヨドレサラダ	マカロニ 人参 きゅうり 塩 マヨネーズ(卵なし) 塩 こしょう。	56
	☆スイートポテト	さつまいも バター 上白糖 牛乳。	80.4
5(水)	ごはん・味付けのり	米。/味付けのり。	164
	ひじきのけんちん煮	木綿豆腐 芽ひじき 鶏肉 人参 たまねぎ 干しいたけ 三度豆 ごぼう 三温糖 濃口醤油 酒 みりん 削り節。	132
	みそ汁	じゃがいも キャベツ 人参 青ねぎ 削り節 みそ。	40
	デ)バナナ ☆いちごジャム蒸しパン	バナナ。 /ホットケーキミックス いちごジャム 上白糖。	31 61.8
6(木)	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。	350
	炒めサラダ	大根 しらす干し ごま油 酢 三温糖 濃口醤油。	37
	ヨーグルト	ヨーグルト(プレーン)。	49
	きのごはん	米 生しいたけ えのきだけ しめじ 油揚げ 人参 出し昆布 薄口醤油 みりん 酒。	163
7(金)	鮭フライ・茹でキャベツ	鮭 小麦粉 パン粉 塩 とんかつソース 油。 /キャベツ。	162・7
	すまし汁	小松菜 はくさい 人参 白玉麩 出し昆布 削り節 薄口醤油。	31
	型抜きチーズ・菓子	型抜きチーズ。 /かりんとう。	47・25.2
	《特別献立》		
10(月)	ごはん	米。 /木綿豆腐 鶏ひき肉 人参 たまねぎ ひじき缶	137
	豆腐のつくね焼・ほうれん草の和え物	土生姜 油 片栗粉 パン粉 三温糖 濃口醤油 塩 油 三温糖 濃口醤油。 /ほうれんそう 人参 濃口醤油 酢 三温糖。	136・18
	みそ汁	はくさい 大根 わかめ みそ 削り節。	31
	☆かわりあべかわ・菓子	マカロニ きな粉 上白糖。 /せんべい。	67.8・22.2
11(火)	黒糖コッペパン	黒糖コッペパン。	117
	ポテトオムレツ	卵 じゃがいも たまねぎ にら 人参 油 塩 スープストック トマトケチャップ。	123
	ベーコンとキャベツのスープ	ベーコン キャベツ たまねぎ チンゲンサイ 野菜スープの素 油 塩。	51
	デ)種なし柿 ☆ちゃんぽん	種なし柿。 /中華めん 豚肉 キャベツ 人参 生しいたけ たまねぎ 青ねぎ 削り節 濃口醤油 みりん 野菜スープの素 酒 ごま油 片栗粉。	25 73.8
12(水)	ごはん	米。	137
	蒲焼風・茹でキャベツ	ほき 片栗粉 油 濃口醤油 みりん 土生姜 酒 三温糖。 /キャベツ。	134・7
	のっぺい汁	木綿豆腐 豚肉 えびいも 人参 大根 ごぼう こんにゃく 青ねぎ 削り節 みそ。	73
	バナナ・菓子	バナナ。 /せんべい。	31・22.2
13(木)			
《弁当日》	いちごロール	いちごロール。	171
14(金)	そぼろあんかけ丼	米 鶏ひき肉 生しいたけ 人参 たまねぎ 糸こんにゃく 三度豆 片栗粉 濃口醤油 三温糖 油 削り節。	272
	ブロッコリーのごまあえ	ブロッコリー 白すりごま 濃口醤油。	22
	みそ汁	さつまいも 木綿豆腐 たまねぎ ほうれんそう みそ 削り節。	83
	☆コーンのホットケーキ・菓子	ホットケーキミックス コーン缶(ホール) 油 上白糖。 /せんべい。	59.4・22.2
17(月)	ふりかけごはん	米 ふりかけ。	142
	鶏肉とさといもの炒り煮	鶏肉 里芋(冷凍) 人参 こんにゃく れんこん 干しいたけ 三度豆 削り節 濃口醤油 三温糖 油。	134
	かきたま汁	卵 木綿豆腐 人参 チンゲンサイ 片栗粉 薄口醤油 削り節。	73
	☆チーズドーナツ	小麦粉 スkimミルク ベーキングパウダー 上白糖 バター 粉チーズ 油。	82.8
18(火)	ごはん	米。 /さば 三温糖 濃口醤油 みりん	137
	煮魚・白和え	土生姜 酒 削り節。 /木綿豆腐 ほうれんそう 人参 ひじき缶 三温糖 濃口醤油 白みそ 白すりごま 三温糖。	155・56
	みそ汁	大根 人参 たまねぎ 青ねぎ みそ 削り節。	38
	☆麩のココアラスク・菓子	おつゆ麩 バター 上白糖 ココア(ピュア)。 /せんべい。	34.8・22.2
19(水)	ひきにくカレー	米 豚ひき肉 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。	354
	サラダ	キャベツ きゅうり ツナ缶 冷凍コーン 油 酢 三温糖 塩。	78
	フレッシュゼリー	フレッシュゼリー。	134
20(木)	ロールパン	ロールパン。	139
	スパゲティナポリタン	スパゲッティ ウインナー 人参 たまねぎ ピーマン 油 トマトケチャップ 塩 こしょう。	153
	野菜スープ	かぼちゃ レタス 人参 青ねぎ 野菜スープの素 濃口醤油。	28
	デ)みかん ☆ちぢみ焼き	みかん。 /豚肉 にら 人参 たまねぎ 小麦粉 片栗粉 ごま油 濃口醤油 みりん。	49 56.4
21(金)	ごはん	米。	137
	チキンカツ・茹で野菜	鶏むね肉 小麦粉 パン粉 塩 とんかつソース 油。 /ブロッコリー 人参。	157・14
	トマトと卵のスープ	卵 じゃがいも ベーコン トマト たまねぎ スープストック 片栗粉。	78
	☆ポップコーン	加熱用ポップコーン 油 塩。	22.2
25(火)	食パン	食パン いちごジャム。	137
	チキングラタン	鶏肉 じゃがいも ブロッコリー たまねぎ 人参 油 塩 こしょう バター 小麦粉 スkimミルク スープストック パン粉 粉チーズ。	191
	ほうれん草スープ	ほうれんそう ベーコン 人参 冷凍コーン 野菜スープの素。	43
	りんご・菓子	りんご。 /せんべい。	37・22.2
26(水)	ごはん	米。	137
	魚のちゃんちゃん焼き	さわら 人参 たまねぎ ピーマン キャベツ バター みそ みりん 三温糖。	155
	そうめんのすまし汁	そうめん 人参 しめじ わかめ 出し昆布 削り節 薄口醤油。	52
	☆ぶどうジュースゼリー・菓子	ぶどうジュース 粉寒天 上白糖。 /おかき。	18.6・22.8
27(木)	ロールパン	ロールパン。	139
	スクランブルエッグ	卵 油 ツナ缶 人参 たまねぎ グリンピース 野菜スープの素 塩。	111
	野菜スープ	木綿豆腐 大根 人参 生しいたけ スープストック。	33
	デ)みかん ☆れんこんチップ・菓子	みかん。 /れんこん 油 塩 あおのり(素干し)。 /サブレ。	49 33・27.6
28(金)	ごはん	米。	137
	えびいものそぼろ煮	えびいも 豚ひき肉 三度豆 片栗粉 三温糖 濃口醤油 油 土生姜 削り節。	128
	かす汁	鮭 油揚げ こんにゃく かぶ ごぼう 人参 青ねぎ 酒かす みそ 削り節。	73
	棒チーズ・菓子	棒チーズ。 /せんべい。	53・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。