



8月の給食だより



2025/8/1

池田市立やまばと学園

実施日	献立名	食品名	1人1食分(kcal)
1(金)	ごはん 煮魚 みそ汁 ☆みかんたっぷりゼリー・菓子	米。 赤魚 三温糖 濃口醤油 みりん 土生姜 酒 削り節 ごぼう。 さつまいも 大根 たまねぎ 人参 青ねぎ みそ 削り節。 みかん缶 ゼリーの素。 /ビスケット。	137 98 76 40.2・20.4
4(月)	夏野菜カレー ドレッシングサラダ ヨーグルト	米 豚肉 なす コーン缶(ホ-ル) かぼちゃ たまねぎ 人参 オクラ カレールウ スキムミルク 油。 キャベツ きゅうり レーズン みかん缶 油 酢 三温糖 塩。 ヨーグルト(プレーン)。	290 67 49
5(火)	ごはん 魚の照り焼き・五目煮豆 みそ汁 フレッシュゼリー・菓子	米。 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。 木綿豆腐 チンゲンサイ 人参 たまねぎ みそ 削り節。 フレッシュゼリー。 /かりんとう。	137 112・32 56 40・20.4
6(水)	ごはん・味付けのり 伴三糸 冬瓜のスープ ☆はくとうゼリー・菓子	米。 /味付けのり。 はるさめ ハム(ホ-ル) 人参 きゅうり コーン缶(ホ-ル) 酢 三温糖 濃口醤油 ごま油 白すりごま。 とうがん 鶏肉 ゆば 濃口醤油 土生姜 人参 生しいたけ 青ねぎ ス-プストック 薄口醤油。 もも缶 ゼラチン。 /せんべい。	137・27 92 47 16.2・22.2
7(木)	ロールパン えびポタージュ 野菜ソテー メロン・菓子	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。 豚肉 たまねぎ キャベツ 黄パプリカ 赤パプリカ オレンジパプリカ ピーマン 野菜スープの素 塩 油。 アムスメロン。 /せんべい。	139 103 65 14・17.4
8(金)	ごはん チキンカツ・茹でキャベツ 野菜スープ デ)バナナ 棒チーズ・菓子	米。 鶏むね肉 小麦粉 パン粉 塩 とんかつソース 油。 /キャベツ。 ベーコン キャベツ たまねぎ 人参 じゃがいも 野菜スープの素 油。 バナナ。 /棒チーズ。 /かりんとう。	137 157・7 74 31 53・20.4
12(火)	ごはん 麻婆豆腐 中華スープ ☆じゃが丸・菓子	米。 木綿豆腐 豚ひき肉 たまねぎ 人参 干しいたけ にら 土生姜 ス-プストック 油 みそ 濃口醤油 塩 三温糖 片栗粉。 キャベツ 人参 もやし ほうれんそう 油 濃口醤油 ス-プストック(中華用)。 じゃがいも 片栗粉 塩 あおのり バター サラダ油。 /せんべい。	137 141 23 37.8・22.2
18(月)	カレーライス ひじきの中華サラダ 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。 ひじき缶 はるさめ ロースハム きゅうり 人参 コーン缶(ホ-ル) 酢 三温糖 濃口醤油 ごま油。 ヨーグルト(プレーン)。	299 51 49
19(火)	食パン なす入りミートスパゲッティー 野菜スープ デ)メロン ☆さつまいもの素揚げ	食パン いちごジャム。 スパゲッティ なす 牛ひき肉 人参 たまねぎ しめじ ピーマン トマトケチャップ とんかつソース 油。 たまねぎ キャベツ 人参 木綿豆腐 ほうれんそう 野菜スープの素。 アムスメロン。 /さつまいも 油。	137 161 27 16 85.8
20(水)	ごはん 蒲焼風・茹でキャベツ すまし汁 みかん缶・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。 大根 人参 たまねぎ はくさい 青ねぎ 薄口醤油 出し昆布 削り節。 みかん缶。 /せんべい。	137 131・7 26 9.6・17.4
21(木)	ロールパン 豆腐のグラタン レタスのスープ 茹でとうもろこし・菓子	ロールパン。 木綿豆腐 コーン缶(ク-ム) ピザ用チーズ 豚ひき肉 人参 たまねぎ バター 塩 小麦粉 油 ス-プストック 濃口醤油 トマトケチャップ ウスターソース 三温糖。 ベーコン じゃがいも レタス 人参 パセリ 野菜スープの素 油。 とうもろこし。 /かりんとう。	139 170 62 33.6・20.4
22(金)	ふりかけごはん 冬瓜あんかけ そうめんのみそ汁 ☆ホットケーキ	米 ふりかけ。 とうがん 鶏肉 むきえび 人参 グリンピース 薄口醤油 三温糖 みりん 片栗粉 削り節。 そうめん 人参 たまねぎ 青ねぎ みそ 削り節。 ホットケーキミックス 油。	143 77 67 49
25(月)	ごはん なすのそぼろ煮 みそ汁 ☆お好み焼き・菓子	米。 豚ひき肉 なす 人参 たまねぎ 土生姜 三度豆 三温糖 濃口醤油 ごま油 片栗粉 削り節。 木綿豆腐 人参 たまねぎ ほうれんそう 削り節 みそ。 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。 /せんべい。	137 120 58 67.2・22.2
26(火)	食パン 白身魚のトマトソース煮 ほうれん草サラダ デ)バナナ ☆かんでんのきなこかけ・菓子	食パン いちごジャム。 たら(まだら) 小麦粉 じゃがいも たまねぎ 人参 トマトピューレ にんにく トマトケチャップ ブロッコリー ス-プストック 三温糖。 ほうれんそう 冷凍コーン 大豆 みかん缶 油 酢 濃口醤油 三温糖 白すりごま。 バナナ。 /粉寒天 上白糖 きな粉 黒砂糖 塩。 /せんべい。	137 78 89 31 43.2・22.2
27(水) かみデ-	ごはん みそかつ・茹で野菜 かきたま汁 ☆キャロットちゃんの蒸しケーキ	米。 豚肉ヘレ肉 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。 卵 木綿豆腐 人参 チンゲンサイ 片栗粉 野菜スープの素。 にんじんジュース ホットケーキミックス 上白糖。	137 159・11 59 48.6
28(木)	黒糖コッペパン かぼちゃのキッシュ 野菜スープ ふかしいも・菓子	黒糖コッペパン。 かぼちゃ ほうれんそう たまねぎ 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-プストック。 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。 さつまいも。 /せんべい。	117 142 32 60.6・22.2
29(金)	ごはん 炒り豆腐・ブロッコリーのごまあえ みそ汁 パイン缶・菓子	米。 干しいたけ 芽ひじき グリンピース 油 三温糖 濃口醤油 片栗粉。 /ブロッコリー 白すりごま 濃口醤油。 かぼちゃ 油揚げ たまねぎ 人参 しめじ 青ねぎ 削り節 みそ。 パイン缶。 /せんべい。	137 96・28 67 11.4・17.4

☆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。