

令和6年5月分中学校給食予定献立表											堺市教育委員会						
月		火		水		木		金									
こ ん だ て	お か ず の 内 容			1	ごはん・牛乳 豚肉の甘辛煮 ちくわの天ぷら 鶏そぼろ もやしのごま風味	2	ごはん・牛乳 厚揚げとキャベツのみそ炒め 鮭のマヨネーズ焼き 若竹汁										
					冷豚肉(もも) ささがきごぼう にんじん たまねぎ しょうゆ 油 砂糖		冷豚肉(もも) にんにく にんじん 冷厚揚げ 油 塩										
					焼ちくわ 塩		赤みそ 砂糖 豆板醤										
					冷鶏肉(もも挽肉) にんじん 油 しょうゆ みりん		土しょうが たまねぎ 砂糖 料理酒										
					冷焼豚 緑豆もやし いりすり白ごま 塩 砂糖		にら 油 しょうゆ こしょう										
こ ん だ て	お か ず の 内 容	7	黒糖パン・牛乳 マカロニグラタン チキンナゲット ポトフ	8	ごはん・牛乳 肉団子のチリソース 高野豆腐の卵とじ 春雨の甘酢煮 ひじき入りポテトサラダ	9	ごはん・牛乳 油淋鶏 千切りイリチー みそワフタン	10	ごはん・牛乳 揚げじゃがのそぼろかけ あじのみりん干し きんぴらごぼう 枝豆コーン								
					冷ワインナー たまねぎ マカロニ ホワイトソース こしょう		クリームコーン缶 冷ソートードオニオン とろけるチーズ 塩		冷チキンボール 白ねぎ 油 トマトケチャップ しょうゆ 片栗粉		皮むきトマト缶 土しょうが 豆板醤 砂糖 ガーリック	冷鶏肉から揚げ 白ねぎ ごま油 砂糖 片栗粉	揚げ油 にんにく しょうゆ 酢	じゃがいも 冷鶏肉(もも挽肉) たまねぎ しょうゆ 砂糖 みりん 片栗粉	揚げ油 にんじん 油 しょうゆ 料理酒 削りぶし		
					冷チキンナゲット		揚げ油		にんじん たまねぎ 高野豆腐 砂糖 淡口しょうゆ		冷豚肉(もも) 土しょうが 焼かまぼこ 乾昆布 しょうゆ みりん 削りぶし	つきこんにやく にんじん 切干大根 油 砂糖 塩	冷あじみりん干し	つきこんにやく にんじん 油 砂糖 しょうゆ	ささがきごぼう 焼きちくわ いりすり白ごま みりん 削りぶし		
					冷豚肉(もも) キャベツ たまねぎ 油 淡口しょうゆ こしょう		マッシュルーム缶 にんじん じゃがいも ポーンストック 塩		冷焼豚 にんじん 中華ブイヨン 淡口しょうゆ 酢		冷焼豚 にんじん 中華ブイヨン 淡口しょうゆ 酢	キャベツ にんじん ワンタン皮 中華ブイヨン 砂糖	ホールコーン缶 塩	冷むぎ枝豆 こしょう			
					冷チキンナゲット		揚げ油		にんじん たまねぎ 高野豆腐 砂糖 淡口しょうゆ こしょう		冷豚肉(もも) 土しょうが 焼かまぼこ 乾昆布 しょうゆ みりん 削りぶし	冷焼豚 にんじん 中華ブイヨン 淡口しょうゆ 酢	キャベツ にんじん ワンタン皮 中華ブイヨン 砂糖	ホールコーン缶 塩	冷むぎ枝豆 こしょう		
こ ん だ て	お か ず の 内 容	13	ごはん・牛乳 ポークカレーライス ミンチカツ キャベツのソテー	14	ごはん・牛乳 揚げキョーザ 麻婆キャベツ春雨 豆腐スープ	15	ごはん・牛乳 デミグラスソースハンバーグ じゃがいものブイヨン煮 ツナキャベツ フルーツコンポート	16	ごはん・牛乳 肉豆腐 塩焼きとり みそ汁	17	ごはん・牛乳 さわらの柚庵焼き 鶏肉と玉ねぎの卵とじ 筈と豚こまの土佐煮 野菜の塩こうじ炒め						
					冷豚肉(もも) にんじん じゃがいも 油 土マトケチャップ カレールー 塩 こしょう		冷ギョーザ 揚げ油		冷豚肉(挽肉) キャベツ 土しょうが 緑豆春雨 中華ブイヨン 料理酒 酢 豆板醤		冷チキンハンバーグ 皮むきトマト缶 たまねぎ ブラウンルー 赤ワイン		冷豚肉(もも) 白ねぎ 冷豆腐 油 砂糖	冷豚肉(もも) にんじん ホールコーン缶 油 しょうゆ	冷鶏肉(もも) 白ねぎ こしょう 料理酒	冷さわら しょうゆ 砂糖 片栗粉	ゆず果汁 みりん 料理酒
					冷ウインナー にんじん 淡口しょうゆ こしょう		キャベツ 油 塩		冷豚肉(もも) キャベツ 土しょうが 緑豆春雨 中華ブイヨン 料理酒 酢 豆板醤		冷チキンハンバーグ 皮むきトマト缶 たまねぎ ブラウンルー 赤ワイン		冷豚肉(もも) 白ねぎ 冷豆腐 油 砂糖	冷豚肉(もも) にんじん ホールコーン缶 油 しょうゆ	冷鶏肉(もも) 白ねぎ こしょう 料理酒	冷さわら しょうゆ 砂糖 片栗粉	ゆず果汁 みりん 料理酒
					冷ウインナー にんじん 淡口しょうゆ こしょう		キャベツ 油 塩		冷豚肉(もも) キャベツ 土しょうが 緑豆春雨 中華ブイヨン 料理酒 酢 豆板醤		冷チキンハンバーグ 皮むきトマト缶 たまねぎ ブラウンルー 赤ワイン		冷豚肉(もも) 白ねぎ 冷豆腐 油 砂糖	冷豚肉(もも) にんじん ホールコーン缶 油 しょうゆ	冷鶏肉(もも) 白ねぎ こしょう 料理酒	冷さわら しょうゆ 砂糖 片栗粉	ゆず果汁 みりん 料理酒
					冷ウインナー にんじん 淡口しょうゆ こしょう		キャベツ 油 塩		冷豚肉(もも) キャベツ 土しょうが 緑豆春雨 中華ブイヨン 料理酒 酢 豆板醤		冷チキンハンバーグ 皮むきトマト缶 たまねぎ ブラウンルー 赤ワイン		冷豚肉(もも) 白ねぎ 冷豆腐 油 砂糖	冷豚肉(もも) にんじん ホールコーン缶 油 しょうゆ	冷鶏肉(もも) 白ねぎ こしょう 料理酒	冷さわら しょうゆ 砂糖 片栗粉	ゆず果汁 みりん 料理酒
こ ん だ て	お か ず の 内 容	20	コッペパン・牛乳 鶏肉とキャベツのガーリック炒め オムレツのトマトソース グリーンポタージュ	21	ごはん・牛乳 サーモンフライ 厚揚げの鶏そぼろあん 塩ちゃんこ汁	22	ごはん・牛乳 鶏肉の一味焼き 豚肉とちんげん菜の炒め煮 かき揚げ もやしの甘酢炒め	23	ごはん・牛乳 ホイコーロー 焼きシューマイ 中華コーンスープ	24	ごはん・牛乳 ブルコギ 長崎天ぷら 小松菜とツナのチャンプルー ぶり辛こんにやく						
					冷鶏肉(もも) 白ねぎ にんじん 淡口しょうゆ 塩 一味唐辛子		冷サーモンフライ 揚げ油		冷豚肉(挽肉) キャベツ 土しょうが 冷厚揚げ しょうゆ 砂糖 ごま油		冷チキンハンバーグ 皮むきトマト缶 たまねぎ ブラウンルー 赤ワイン		冷豚肉(もも) 白ねぎ 冷豆腐 油 砂糖	冷豚肉(もも) にんじん ホールコーン缶 油 しょうゆ	冷鶏肉(もも) 白ねぎ こしょう 料理酒	冷さわら しょうゆ 砂糖 片栗粉	ゆず果汁 みりん 料理酒
					冷オムレツ たまねぎ 土マトケチャップ 砂糖		皮むきトマト缶 油 ウスターソース		冷豚肉(もも) キャベツ 土しょうが 冷厚揚げ しょうゆ 砂糖 ごま油		冷チキンハンバーグ 皮むきトマト缶 たまねぎ ブラウンルー 赤ワイン		冷豚肉(もも) 白ねぎ 冷豆腐 油 砂糖	冷豚肉(もも) にんじん ホールコーン缶 油 しょうゆ	冷鶏肉(もも) 白ねぎ こしょう 料理酒	冷さわら しょうゆ 砂糖 片栗粉	ゆず果汁 みりん 料理酒
					冷チキンボール 白ねぎ にんじん 淡口しょうゆ 塩 一味唐辛子		冷サーモンフライ 揚げ油		冷豚肉(挽肉) キャベツ 土しょうが 冷厚揚げ しょうゆ 砂糖 ごま油		冷チキンハンバーグ 皮むきトマト缶 たまねぎ ブラウンルー 赤ワイン		冷豚肉(もも) 白ねぎ 冷豆腐 油 砂糖	冷豚肉(もも) にんじん ホールコーン缶 油 しょうゆ	冷鶏肉(もも) 白ねぎ こしょう 料理酒	冷さわら しょうゆ 砂糖 片栗粉	ゆず果汁 みりん 料理酒
					冷チキンボール 白ねぎ にんじん 淡口しょうゆ 塩 一味唐辛子		冷サーモンフライ 揚げ油		冷豚肉(挽肉) キャベツ 土しょうが 冷厚揚げ しょうゆ 砂糖 ごま油		冷チキンハンバーグ 皮むきトマト缶 たまねぎ ブラウンルー 赤ワイン		冷豚肉(もも) 白ねぎ 冷豆腐 油 砂糖	冷豚肉(もも) にんじん ホールコーン缶 油 しょうゆ	冷鶏肉(もも) 白ねぎ こしょう 料理酒	冷さわら しょうゆ 砂糖 片栗粉	ゆず果汁 みりん 料理酒
こ ん だ て	お か ず の 内 容	27	ごはん・牛乳 豆腐ボールの甘酢あんかけ ミートパネ 野菜スープ	28	ごはん・牛乳 豚肉のマスタード焼き ちんげん菜のソテー 五目汁	29	ごはん・牛乳 豚肉と野菜のしょうが煮 わかさぎの天ぷら 卵の花 きゅうりの甘酢煮	30	ごはん・牛乳 カレー豆腐 春巻 にら卵スープ	31	ごはん・牛乳 さばのから揚げ 炒めフォー 大豆と野菜の和風和え 小松菜のオイスター炒め						
					冷チキンボール にんじん ごま油 しょうゆ 砂糖		冷豚肉(ロース) こしょう 塩 エリンギ じゃがいも しょうゆ カレー粉		冷肉肉のマスタード 白ねぎ にんじん 油 冷厚揚げ しょうゆ 砂糖 みりん 片栗粉		冷チキンハンバーグ 皮むきトマト缶 たまねぎ ブラウンルー 赤ワイン		冷豚肉(もも) 白ねぎ 冷豆腐 油 砂糖	冷豚肉(もも) にんじん ホールコーン缶 油 しょうゆ	冷さわら しょうゆ 砂糖 片栗粉	ゆず果汁 みりん 料理酒	
					冷チキンボール にんじん ごま油 しょうゆ 砂糖		冷豚肉(ロース) こしょう 塩 エリンギ じゃがいも しょうゆ カレー粉		冷肉肉のマスタード 白ねぎ にんじん 油 冷厚揚げ しょうゆ 砂糖 みりん 片栗粉		冷チキンハンバーグ 皮むきトマト缶 たまねぎ ブラウンルー 赤ワイン		冷豚肉(もも) 白ねぎ 冷豆腐 油 砂糖	冷豚肉(もも) にんじん ホールコーン缶 油 しょうゆ	冷さわら しょうゆ 砂糖 片栗粉	ゆず果汁 みりん 料理酒	
					冷チキンボール にんじん ごま油 しょうゆ 砂糖		冷豚肉(ロース) こしょう 塩 エリンギ じゃがいも しょうゆ カレー粉		冷肉肉のマスタード 白ねぎ にんじん 油 冷厚揚げ しょうゆ 砂糖 みりん 片栗粉		冷チキンハンバーグ 皮むきトマト缶 たまねぎ ブラウンルー 赤ワイン		冷豚肉(もも) 白ねぎ 冷豆腐 油 砂糖	冷豚肉(もも) にんじん ホールコーン缶 油 しょうゆ	冷さわら しょうゆ 砂糖 片栗粉	ゆず果汁 みりん 料理酒	
					冷チキンボール にんじん ごま油 しょうゆ 砂糖		冷豚肉(ロース) こしょう 塩 エリンギ じゃがいも しょうゆ カレー粉		冷肉肉のマスタード 白ねぎ にんじん 油 冷厚揚げ しょうゆ 砂糖 みりん 片栗粉		冷チキンハンバーグ 皮むきトマト缶 たまねぎ ブラウンルー 赤ワイン		冷豚肉(もも) 白ねぎ 冷豆腐 油 砂糖	冷豚肉(もも) にんじん ホールコーン缶 油 しょうゆ	冷さわら しょうゆ 砂糖 片栗粉	ゆず果汁 みりん 料理酒	
こ ん だ て	お か ず の 内 容	32	ごはん・牛乳 鶏肉とキャベツのガーリック炒め オムレツのトマトソース グリーンポタージュ	33	ごはん・牛乳 サーモンフライ 厚揚げの鶏そぼろあん 塩ちゃんこ汁	34	ごはん・牛乳 鶏肉の一味焼き 豚肉とちんげん菜の炒め煮 かき揚げ もやしの甘酢炒め	35	ごはん・牛乳 ブルコギ 長崎天ぷら 小松菜とツナのチャンプルー ぶり辛こんにやく	36	ごはん・牛乳 さわらの柚庵焼き 鶏肉と玉ねぎの卵とじ 筈と豚こまの土佐煮 野菜の塩こうじ炒め						
					冷鶏肉(もも) 白ねぎ にんじん 淡口しょうゆ 塩 一味唐辛子		冷サーモンフライ 揚げ油		冷豚肉(挽肉) キャベツ 土しょうが 冷厚揚げ しょうゆ 砂糖 ごま油		冷チキンハンバーグ 皮むきトマト缶 たまねぎ ブラウンルー 赤ワイン		冷豚肉(もも) 白ねぎ 冷豆腐 油 砂糖	冷豚肉(もも) にんじん ホールコーン缶 油 しょうゆ	冷鶏肉(もも) 白ねぎ こしょう 料理酒	冷さわら しょうゆ 砂糖 片栗粉	ゆず果汁 みりん 料理酒
					冷オムレツ たまねぎ 土マトケチャップ 砂糖		皮むきトマト缶 油 ウスターソース		冷豚肉(もも) キャベツ 土しょうが 冷厚揚げ しょうゆ 砂糖 ごま油		冷チキンハンバーグ 皮むきトマト缶 たまねぎ ブラウンルー 赤ワイン		冷豚肉(もも) 白ねぎ 冷豆腐 油 砂糖	冷豚肉(もも) にんじん ホールコーン缶 油 しょうゆ	冷鶏肉(もも) 白ねぎ こしょう 料理酒	冷さわら しょうゆ 砂糖 片栗粉	ゆず果汁 みりん 料理酒
					冷チキンボール 白ねぎ にんじん 淡口しょうゆ 塩 一味唐辛子		冷サーモンフライ 揚げ油		冷豚肉(挽肉) キャベツ 土しょうが 冷厚揚げ しょうゆ 砂糖 ごま油		冷チキンハンバーグ 皮むきトマト缶 たまねぎ ブラウンルー 赤ワイン		冷豚肉(もも) 白ねぎ 冷豆腐 油 砂糖	冷豚肉(もも) にんじん ホールコーン缶 油 しょうゆ	冷鶏肉(もも) 白ねぎ こしょう 料理酒	冷さわら しょうゆ 砂糖 片栗粉	ゆず果汁 みりん 料理酒
					冷チキンボール 白ねぎ にんじん 淡口しょうゆ 塩 一味唐辛子		冷サーモンフライ 揚げ油		冷豚肉(挽肉) キャベツ 土しょうが 冷厚揚げ しょうゆ 砂糖 ごま油		冷チキンハンバーグ 皮むきトマト缶 たまねぎ ブラウンルー 赤ワイン		冷豚肉(もも) 白ねぎ 冷豆腐 油 砂糖	冷豚肉(もも) にんじん ホールコーン缶 油 しょうゆ	冷鶏肉(もも) 白ねぎ こしょう 料理酒	冷さわら しょうゆ 砂糖 片栗粉	ゆず果汁 みりん 料理酒