

2022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	2	ごはん・牛乳 鶏肉の一味焼き じゃがいもの天ぷらチーズ風味 わかめのみそ汁			6 ごはん・牛乳 肉豆腐 かしわもち ツナキャベツ たけのこのおかか煮		
おかずの内容	冷鶏肉(もも) にんにく にんにく 一味唐辛子 しょうゆ しめじ たまねぎ 砂糖 ごま油 いりすり白ごま じゃがいも 小麦粉 揚げ油 青ねぎ にんにく 冷豆腐 赤みそ 削りぶし 粉末チーズ 塩 えのき茸 たまねぎ 乾わかめ 白みそ				冷豚肉(ロース) 白ねぎ にんにく 油 砂糖 系こんにやく しいたけ 冷焼豆腐 しょうゆ 料理酒 冷かしわもち まぐろ(油漬) にんにく しょうゆ こしょう キャベツ 油 塩 冷鶏肉 粉かつお 砂糖 削りぶし たけのこ水煮 しょうゆ みりん		
こんだて	9	ごはん・牛乳 つけカレーうどん 豆腐ハンバーグの甘酢あんかけ	10 ごはん・牛乳 ブルコギ 長崎天ぷら クツパ	11 ごはん・牛乳 鶏肉の照り焼き 小松菜と豚肉の甘辛炒め煮 かき揚げ ツナピーマン	12 ごはん・牛乳 厚揚げとキャベツみそ炒め わかさぎのフリッター 若竹汁 ふりかけ	13 ごはん・牛乳 肉団子のケチャップあんかけ 高野豆腐の卵とし 春雨の甘酢煮 ひじき入りポテトサラダ	
おかずの内容	冷うどん 青ねぎ にんにく 焼かまぼこ 油 しょうゆ 片栗粉 冷豆腐ハンバーグ にんにく ごま油 しょうゆ 砂糖	冷豚肉(もも) しめじ たまねぎ 冷うすあげ カレールー ウスターソース 削りぶし ピーマン たまねぎ 中華ブイオン 酢 片栗粉	冷豚肉(ロース) にんにく たまねぎ 切干大根 にんにく たまねぎ いりすり白ごま トマトケチャップ ウスターソース みりん じゃがいも 小麦粉 塩 しょうゆ 揚げ油 冷鶏肉 しめじ たまねぎ 油 淡口しょうゆ こしょう	冷鶏肉(もも) 土しょうが 砂糖 塩 片栗粉 冷豚肉(もも) にんにく ごま油 しょうゆ 料理酒 冷鶏肉(もも) 白ねぎ しょうゆ みりん こしょう 料理酒 小松菜 冷うすあげ 粉かつお 砂糖 みりん ささがきごぼう グリーンアスパラ たまねぎ 乾おから 揚げ油 まぐろ(油漬) ピーマン 油 みりん 一味唐辛子	冷豚肉(もも) にんにく にんにく 冷厚揚げ 油 塩 赤みそ 砂糖 豆板醤 冷わかさぎフリッター 塩 キャベツ 土しょうが たまねぎ 干しいたけ 中華ブイオン こしょう しょうゆ 料理酒 片栗粉 揚げ油 たけのこ水煮 たまねぎ 淡口しょうゆ だし昆布 ふりかけ(胚芽)	冷チキンボール にんにく 油 しょうゆ 酢 たまねぎ 高野豆腐 砂糖 淡口しょうゆ 冷焼豚 にんにく 中華ブイオン 淡口しょうゆ 酢 ホールコーン缶 乾ひじき 塩 しょうゆ ピーマン たまねぎ トマトケチャップ 片栗粉	
こんだて	16	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	17 ごはん・牛乳 油淋鶏 干切りイリチー みそワンタン	18 ごはん・牛乳 さばの塩焼き じゃがいものいそ煮 三色おひたし きゅうりの甘酢煮 フルーツゼリー	19 黒糖パン・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 押し麦入り豆乳クリームスープ	20 ごはん・牛乳 赤魚の野菜あんかけ きんぴらごぼう もやしのからしあえ にんにくしりしり	
おかずの内容	冷豚肉(もも) にんにく じゃがいも トマトケチャップ カレールー 塩 冷ミンチカツ 冷ウインナー にんにく 淡口しょうゆ こしょう	冷鶏肉(もも) にんにく たまねぎ 油 ウスターソース カレー粉 こしょう 揚げ油 キャベツ 油 塩	冷鶏肉(もも) 揚げ油 にんにく しょうゆ 酢 冷焼豚 土しょうが 焼かまぼこ 乾昆布 しょうゆ みりん 削りぶし 冷豚肉(もも) 青ねぎ たまねぎ ワンタン皮 中華ブイオン 砂糖	冷さば 料理酒 冷豚肉(もも) じゃがいも 乾ひじき 砂糖 みりん キャベツ にんにく 砂糖 きゅうり ごま油 コチジャン しょうゆ フルーツゼリー(みかん)	冷鶏肉(もも) 白ねぎ にんにく 淡口しょうゆ 塩 一味唐辛子 冷オムレツ(プレーン) たまねぎ トマトケチャップ 砂糖 冷ベーコン にんにく マカロニ 豆乳 ポーンストック こしょう	冷赤魚(粉付) ピーマン 砂糖 片栗粉 冷豚肉(もも) ささがきごぼう 油 いり白ごま 砂糖 一味唐辛子 冷焼豚 にんにく たまねぎ 油 みりん 粒入りマスタード まぐろ(油漬) 油 塩	
こんだて	23	ごはん・牛乳 マカロニグラタン かきフライ ポトフ	24 コッペパン・牛乳 ポテトとハニーマスタードチキン カレーソテー グリーンポタージュ	25 ごはん・牛乳 デミグラスソースハンバーグ アイリッシュポテト きゅうりとポークの香味だれのいためもの 小松菜のオイスター炒め	26 ごはん・牛乳 ホイコーロー 揚げシューマイ 中華コーンスープ	27 ごはん・牛乳 白身魚フライ(ソース添え) 炒めフォー 豆腐サラダ フルーツコンポート	
おかずの内容	冷ウインナー たまねぎ マカロニ ホワイトソース こしょう 冷かきフライ トマトケチャップ 冷ベーコン エリンギ にんにく じゃがいも ポーンストック 塩	クリームコーン缶 冷ソテーオニオン とろけるチーズ 塩 揚げ油 ウスターソース 冷豚肉(もも) キャベツ たまねぎ 油 淡口しょうゆ こしょう	冷鶏肉(もも) にんにく 淡口しょうゆ こしょう 冷ベーコン にんにく 冷とうもろこし裏ごし 牛乳 ポーンストック こしょう	冷チキンハンバーグ 皮むきトマト缶 油 ブラウールウ 赤ワイン 冷ベーコン じゃがいも 油 塩 冷豚肉(もも) にんにく 砂糖 ごま油 冷ボンレスハム にんにく オイスターソース	マッシュルーム缶 たまねぎ トマトケチャップ 砂糖 ウスターソース たまねぎ 冷むき枝豆 バター こしょう きゅうり 土しょうが しょうゆ 小松菜 油 しょうゆ	冷豚肉(もも) キャベツ にんにく 油 デンメンジャン 砂糖 豆板醤 冷シューマイ 冷ベーコン パセリ たまねぎ 中華ブイオン 塩 片栗粉 ピーマン にんにく 油 料理酒 しょうゆ 揚げ油 クリームコーン缶 にんにく 冷液卵 淡口しょうゆ こしょう	冷白身魚フライ ウスターソース(小袋) 冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ 油 淡口しょうゆ こしょう まぐろ(油漬) キャベツ 冷豆腐 酢 いりすり白ごま マヨネーズ風ドレッシング 揚げ油 たまねぎ しょうゆ 酢 ホールコーン缶 にんにく 砂糖 しょうゆ あたりごま 黄桃缶 砂糖 パイン アガー
こんだて	30	ごはん・牛乳 カレー豆腐 焼きギョーザ とりだんご入りかきたま汁	31 豚肉のマスタード焼き ちんげん菜のソテー 五目汁				
おかずの内容	冷豚肉(挽肉) 白ねぎ 土しょうが たまねぎ 油 カレールー しょうゆ 塩 冷ギョーザ 冷チキンボール にんにく 冷液卵 塩 削りぶし	たけのこ水煮 しめじ にんにく 冷豆腐 中華ブイオン 砂糖 料理酒 こしょう 冷豚肉(もも) 揚げ油 ウスターソース 冷ベーコン キャベツ にんにく 淡口しょうゆ こしょう 青ねぎ たまねぎ 淡口しょうゆ 片栗粉	冷豚肉(ロース) 塩 エリンギ 粒入りマスタード 砂糖 マヨネーズ風ドレッシング 冷ベーコン キャベツ にんにく 淡口しょうゆ こしょう つぎこんにやく にんにく 冷豆腐 白みそ 削りぶし	料理酒 こしょう たまねぎ しょうゆ カレー粉 ホールコーン缶 ちんげん菜 油 塩 ささがきごぼう 青ねぎ 冷うすあげ 赤みそ			