

2022年9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						1	ごはん・牛乳 鶏肉とポテトの香草焼き ミートビーンス オニオンスープ	2	ミニココアパン・牛乳 救給カレー 鶏肉のから揚げレモンソース キャベツのソテー				
おかずの内容							冷鶏肉(もも) にんにく こしょう パン粉		カレーライス(レトルト)				
							冷豚肉(挽肉) ピーマン たまねぎ トマトケチャップ 砂糖 こしょう		冷鶏から揚げ レモン汁 しょうゆ				
							冷ベーコン にんにく 冷ソテードオニオン 洋風ブイヨン 塩		キャベツ たまねぎ 淡口しょうゆ こしょう				
こんだて	5	6	7	8	9	ごはん・牛乳 ハヤシライス じゃがいものチーズ焼き キャラットソテー	ごはん・牛乳 肉じゃが わかさぎのフリッター ちゃんこ汁	ごはん・牛乳 豆腐ボールのチリソース 炒めフー 切干大根の中華サラダ キャベツのペペロンチーノ	ごはん・牛乳 鮭のあんかけ 小松菜とコーンのソテー 豆乳スープ	ごはん・牛乳 豚肉のしょうが焼き みたらし団子 豆腐チャンプルー にんにくしりしり			
おかずの内容							冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ ポーンストック トマトケチャップ ウスターソース こしょう	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ 油 砂糖 みりん	冷鶏肉(もも) 系こんにやく たまねぎ 油 しょうゆ 削りぶし	冷チキンボール 皮むきトマト缶 白ねぎ トマトケチャップ しょうゆ 片栗粉 ガーリック	冷鮭 冷グリーンピース 白ねぎ しめじ かぼちゃ 乾ひじき しょうゆ 酢	冷豚肉(ローズ) こしょう 塩 料理酒 ピーマン にんにく さつま芋 油 砂糖 みりん	
							まぐろ(油漬) 塩	冷わかさぎフリッター 塩	冷鶏肉 キャベツ たまねぎ 冷うすあげ 白みそ 削りぶし	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ 油 淡口しょうゆ こしょう	冷豚肉(もも) にんにく 小松菜 しょうゆ	冷団子 砂糖	
							冷フランクフルト 三度豆 油 塩	冷鶏肉 キャベツ たまねぎ 冷うすあげ 白みそ 削りぶし	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) 塩	冷豚肉(もも) にんにく 小松菜 しょうゆ	冷鶏肉 たまねぎ マカロニ 牛乳 ポーンストック こしょう	
こんだて	12	13	14	15	16	黒糖パン・牛乳 かぼちゃのグラタン カレーソテー ミネストローネ	ごはん・牛乳 豚肉のオイスター炒め じゃがいものバジル焼き わかめスープ	ごはん・牛乳 鶏肉とたまねぎと小松菜の卵とじ コロケツ ツナキャベツ きゅうりのおかか煮	ごはん・牛乳 油淋鶏 なすとひき肉の甘辛煮 春雨スープ	ごはん・牛乳 豚肉と野菜のしょうが煮 あじのみりん干し かき揚げ ピリ辛こんにやく			
おかずの内容							冷ベーコン たまねぎ 牛乳 ホワイトソース	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ 油 砂糖 料理酒 ごま油	冷鶏肉(もも) にんにく たまねぎ 油 淡口しょうゆ 削りぶし	冷鶏肉(もも) にんにく たまねぎ 油 砂糖 みりん	冷鶏肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢	冷鶏肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢
							冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ 油 塩 カレー粉	冷ウインナー じゃがいも ガーリック オリーブ油 こしょう	冷コロケツ	冷鶏肉(もも) にんにく たまねぎ 油 砂糖 みりん	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢	冷鶏肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢	
							冷ウインナー 白いんげん豆水煮 にんにく たまねぎ 洋風ブイヨン オリーブ油 塩	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ 油 塩 オリーブ油 こしょう	冷コロケツ キャベツ にんにく しょうゆ 塩	冷鶏肉(もも) にんにく たまねぎ 油 砂糖 みりん	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢	冷鶏肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢	
こんだて		20	21	22			ごはん・牛乳 ラタトゥイユ 鶏肉のマーマレード焼き コンソメジュリアンスープ	ごはん・牛乳 ホイコーロー 点心 もやし中華炒め じゃがいものブイヨン煮	ごはん・牛乳 白身魚の天ぷら じゃがいものいそ煮 キャベツのみそ汁				
おかずの内容							冷豚肉(もも) なす ズッキーニ にんにく オリーブ油 砂糖 塩	冷豚肉(もも) 皮むきトマト缶 ピーマン にんにく 油 エリンギ たまねぎ 洋風ブイヨン バジル こしょう	冷鶏肉(もも) にんにく たまねぎ 油 砂糖 みりん	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 片栗粉 塩	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢	
							冷鶏肉(もも) こしょう レモン汁 白ワイン	冷ウインナー じゃがいも 冷むき枝豆 バジル 塩	冷コロケツ キャベツ にんにく しょうゆ 塩	冷鶏肉(もも) にんにく たまねぎ 油 砂糖 みりん	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢	
							冷ベーコン にんにく 洋風ブイヨン こしょう	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ 油 塩 オリーブ油 こしょう	冷コロケツ キャベツ にんにく しょうゆ 塩	冷鶏肉(もも) にんにく たまねぎ 油 砂糖 みりん	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢	
こんだて	26	27	28	29	30	ごはん・牛乳 ポークカレーライス チキンカツ ちんげん菜のソテー	ごはん・牛乳 豚肉の甘辛煮 ちくわの磯辺揚げ なすのみそ汁	ごはん・牛乳 チャージャン豆腐 春巻 いそサラダ じゃがいものきんぴら	ごはん・牛乳 さばのおろしだれ キャベツと豚肉のコチジャン炒め すまし汁	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 ひじき入りポテトサラダ フルーツコンポート			
おかずの内容							冷豚肉(もも) にんにく じゃがいも 油 トマトケチャップ カレー粉 塩	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ 白ねぎ にんにく 油 砂糖	冷鶏肉(もも) 系こんにやく たまねぎ 油 しょうゆ みりん	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ 油 砂糖 みりん	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢	
							冷チキンカツ	焼ちくわ 揚げ油	冷コロケツ キャベツ にんにく しょうゆ 塩	冷鶏肉(もも) にんにく たまねぎ 油 砂糖 みりん	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢	
							冷ベーコン キャベツ にんにく 淡口しょうゆ こしょう	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ 油 塩	冷コロケツ キャベツ にんにく しょうゆ 塩	冷鶏肉(もも) にんにく たまねぎ 油 砂糖 みりん	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 酢	