

令和2年

7月 給食献立表

大阪市立 東 中学校

1 (水)	米飯 			ゴーヤチャンプルー すまし汁 あつあげのしょうがじょうゆかけ	16 (木)	米飯 			豚肉の香味あげ すまし汁 あっさりきゅうり
2 (木)	米飯 		みかん(冷) 	豚ミンチとニラのそぼろ丼 オクラのみそ汁	17 (金)	コッペパン 		オレンジ 	パエリア ウィンナーとキャベツのスープ
3 (金)	黒糖パン 			豚肉と野菜の煮もの チヂミ きゅうりの甘酢あえ	20 (月)	米飯 		みかん(缶) 	個別対応 うすら卵 八宝菜 えだまめ
6 (月)	米飯 			さけのつけ焼き みそ汁 焼きのり とうがんの煮もの	21 (火)	黒糖パン 		ミックス フルーツ 	豚肉のカレー風味焼き ミネストローネ
7 (火)	黒糖パン 			チキンレバーカツ ケチャップ煮 たことキャベツのバジルソテー	22 (水)	米飯(減量) 			きんぴらちらし すまし汁 ちまき ソフト黒豆
8 (水)	米飯 			豚肉とじゃがいもの煮もの オクラの梅風味 ツナっ葉いため	27 (月)	米飯 			チキンカレーライス フルーツ白玉
9 (木)	米飯 		ヨーグルト 	牛丼 とうがんのみそ汁 大福豆の煮もの	28 (火)	黒糖パン 		黄桃 (カット缶) 	煮こみハンバーグ コーンスープ
10 (金)	おさつパン 		すいか 	かぼちゃのミートグラタン スープ	29 (水)	米飯 			豚丼 すまし汁 いり黒豆
13 (月)	米飯 			豚肉のしょうが焼き みそ汁 さんどまめのごまあえ	30 (木)	コッペパン 		りんご (カット缶) 	マカロニグラタン スープ
14 (火)	1/2 黒糖パン 		発酵乳 	ポークトマトスパゲッティ グリーンアスパラガスのサラダ	31 (金)	米飯 			豚肉のごまだれ焼き 五目汁 きゅうりのおかかあえ
15 (水)	米飯 			夏野菜のカレーライス 焼きミニハンバーグ キャベツのサラダ 豆こんぶ					