

令和2年

10月 給食献立表

大阪市立 東 中学校

1 (木)	黒糖パン 			牛肉のカレー風味焼き ほたて貝とトマトのスーpsパグッティ きゅうりのサラダ	16 (金)	米飯 			お好み焼き(トンカツソース) 豚汁 きゅうりの梅風味
2 (金)	米飯 			鶏肉のゆず塩焼き ソーキ汁 まっ茶大豆 もやしとさんどまめの甘酢あえ	19 (月)	コッペパン 		さくらんぼ 缶 	タンタンめん キャベツの甘酢づけ
5 (月)	ライ麦パン 			豚肉と野菜のケチャップソテー スープ スイートポテト	20 (火)	米飯 			かつおのマリネ焼き[ノンエッグドレッシング] ウインナーと野菜のスープ もやしとピーマンのソテー
6 (火)	米飯 			みそカツ じゃがいもと野菜の煮もの 焼きのり	21 (水)	米飯 		黄桃缶 	ハヤシライス[米粉] キャベツのひじきドレッシング
7 (水)	米飯(減量) 			牛肉のきんぴらちらし(きざみのり) みそ汁 キャベツの赤じそあえ	22 (木)	黒糖パン 			はくさいのクリーム煮 あつあげのピリ辛しょうゆかけ 豚肉とれんこんのオイスターソースいため
8 (木)	コッペパン 		りんご 	鶏肉のガーリック焼き 豚肉と野菜のスープ煮	23 (金)	米飯 			タコライス もずくのスープ じゃがいもときゅうりのサラダ[ノンエッグドレッシング]
9 (金)	米飯 			ピリ辛丼 中華スープ ソフト黒豆	26 (月)	おさつパン 			まぐろのオーロラ煮 ベーコンとじゃがいものスープ きゅうりとコーンのゆずドレッシング
12 (月)	黒糖パン 			豚肉といかの中華煮 大学いも ミニフィッシュ	27 (火)	米飯 		みかん 	ポークカレーライス[米粉] はくさいのピクルス
13 (火)	米飯 			鶏肉のたつたあげ あつあげと野菜の煮もの おかかなっ葉	28 (水)	米飯 			和風ハンバーグ みそ汁 かぼちゃのいところ煮
14 (水)	米飯 			豚肉のねぎしょうゆ焼き ふきよせ煮 ツナ大豆そぼろ	29 (木)	コッペパン 		パインアップル カット缶 	コーンクリームシチュー[米粉] キャベツとさんどまめのサラダ
15 (木)	パンブキンパン 		みかん 	なすのミートグラタン 鶏肉と野菜のスープ	30 (金)	米飯 			さんまのみぞれかけ みそ汁 牛ひじきそぼろ

★9月に引き続き、10月も「食物アレルギー対応サポート月間」です。