

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プスパゲッティ きゅうりのサラダ	16 (金)	米飯			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 ソフトマーガリン		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] ワ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 あつあげのピリ辛じょうゆかけ 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 いちごジャム		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 かぼちゃのいとこ煮
14 (水)	米飯			豚肉のねぎじょうゆ焼き ふきよせ煮 ツナ大豆そぼろ	29 (木)	コッペパン アブリコットジャム		パイントアップルカット缶	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。