

令和2年

11月 給食献立表

大阪市立 東 中学校

2 (月)	おさつパン 			白身魚のフリッター 洋風煮 ブロッコリーのサラダ	17 (火)	コッペパン マーマレード 		りんご 	きのこのクリームシチュー キャベツのピクルス
4 (水)	米飯 		みかん 	中華丼 ノンエッグドレッシング もやしとさんどまめの中華あえ まっ茶大豆 <small>個別対応 うずら卵</small>	18 (水)	米飯 			焼きししゃも 五目汁 焼きのり きんぴらごぼう
5 (木)	米飯 			あかうおのしょうゆだれかけ みそ汁 焼きのり こまつなのいためもの	19 (木)	米飯 			カツカレーライス カリフラワーのピクルス いり黒豆
6 (金)	黒糖パン 			豚肉のデミグラスソース スープ うずら豆のグラッセ	20 (金)	1/2黒糖パン 		発酵乳 	ワインナーときのこのしょうゆ風味スパゲッティ 焼きとうもろこし
9 (月)	米飯 			あげどりのねぎだれかけ 含め煮 もやしのピリ辛あえ	24 (火)	米飯 			鶏肉のごまだれ焼き なめこのみそ汁 キャベツのいためもの
10 (火)	食パン 		りんご 	豚肉のカレー風味焼き ケチャップ煮	25 (水)	レーズンパン 		みかん 	豚肉と野菜のスープ煮 変わりピザ
11 (水)	米飯 		<small>個別対応 うずら卵</small>	関東煮 はくさいの甘酢あえ のりのつくだ煮	26 (木)	米飯 			ドライカレービビンバ トック
12 (木)	米飯 			なまりぶしのしょうが煮 みそ汁 焼きのり ほうれんそうのおひたし	27 (金)	米飯 			さごしのおろしじょうゆかけ 大豆と冬野菜の煮もの きゅうりのしょうがづけ
13 (金)	黒糖パン 			ツナポテトオムレツ スープ きゅうりのバジル風味サラダ	30 (月)	コッペパン いちごジャム 		白桃 (缶)	スープ煮 ほうれんそうのグラタン
16 (月)	米飯 			豚肉とまいたけのいためもの つみれ汁 かぼちゃういろう					