

令和2年

## 1月 給食献立表

大阪市立東中学校

7 (木)	黒糖パン 	 和なし(カット缶)	ほたて貝のグラタン スープ	20 (水)	米飯 	 パインアップル(缶)	牛肉と金時豆のカレーライス ごぼうサラダ
8 (金)	減量米飯 		れんこんのちらしずし そう煮 ごまめ	21 (木)	黒糖パン 		鶏肉のオイスターソース焼き 中華スープ チンゲンサイとコーンの中華あえ
12 (火)	黒糖パン 		ビーフシチュー ブロッコリーのサラダ ミニフィッシュ	22 (金)	米飯 		献立コンクール 優秀賞献立 さばのカレーたつたあげ さつまいもとうすあげのみそ汁 はくさいとほうれんそうの煮びたし
13 (水)	米飯 		豚肉のごまだれ焼き きくなどはくさいのおひたし アーモンドフィッシュ	25 (月)	米飯 		いわしてんぷら あつあげと野菜の煮もの ごまひじき
14 (木)	おさつパン 	 りんご	ミートボールと野菜のカレー煮 ツナとキャベツのソテー	26 (火)	黒糖パン 		鶏肉のバーベキューソテー ウインナーとキャベツのスープ 焼きじゃが
15 (金)	米飯 		筑前煮 ひじき豆 だいこんのゆず風味	27 (水)	米飯 		さごしのしょうゆだれかけ みそ汁 みずなの煮びたし 焼きのり
18 (月)	米飯 		鶏肉の甘辛焼き かす汁 くりきんとん	28 (木)	コッペパン  バター		豚肉と野菜のケチャップ煮 カリフラワーのピクルス 桃のクラフティ
19 (火)	コッペパン  マーマレード		あじのレモンマリネ てぼ豆のスープ煮 固形チーズ	29 (金)	米飯 		個別対応 卵 親子丼 すまし汁 黒豆の煮もの