

令和3年9月

献立表

9月1日(水)～9月30日(木)

大阪市立東中学校

月日 (曜)	パン ごはん	牛乳	おかず・果物など	月日 (曜)	パン ごはん	牛乳	おかず・果物など
1 (水)	黒糖パン (小) 		焼きそば きゅうりのしょうがづけ 洋なし(かんづめ)	15 (水)	コッペパン  りんご ジャム		豆乳マカロニグラタン[米粉] トマトスープ ぶどう(巨峰)
2 (木)	ごはん 		焼きとり みそ汁 なすのそぼろいため	16 (木)	ごはん 		一口がんもとさといものみそ煮 牛肉と野菜のいためもの みたらしだんご 【月見の行事献立】
3 (金)	ごはん 		酢豚 中華みそスープ 焼きのり	17 (金)	ごはん 		チキンカレーライス[米粉] キャベツとコーンのサラダ [ノンエッグドレッシング] 冷凍みかん
6 (月)	コッペパン  マーマレード 		チキンレバーカツ ケチャップ煮 キャベツのバジル風味サラダ	21 (火)	黒糖パン 		フランクフルトのケチャップソース スープ 焼きかぼちゃ 発酵乳
7 (火)	ごはん 		ブルコギ トック えだまめ	22 (水)	ごはん 		豚肉の甘辛焼き みそ汁 オクラのおかかいため
8 (水)	黒糖パン (小) 		イタリアンスパゲッティ グリーンアスパラガスとキャベツのサラダ 洋なし(かんづめ)	24 (金)	おさつパン 		あげぎょうざ 中華煮 ぶどう(巨峰)
9 (木)	ごはん 		さけのしょうゆ風味焼き 五目汁 高野どうふのいり煮	27 (月)	ごはん 		大豆入りキーマカレーライス[米粉] きゅうりのピクルス はくとう(かんづめ)
10 (金)	ごはん 		他人丼 とうがんのみそ汁 金時豆の煮もの	28 (火)	ごはん 		かやくご飯 さごしの塩焼き 豚肉とじゃがいもの煮もの キャベツの梅風味
13 (月)	黒糖パン 		牛肉の香味焼き スープ煮 サワーキャベツ	29 (水)	食パン  いちご ジャム		鶏肉のからあげ とうがんの中華スープ 切干しだいこんのごま辛みづけ
14 (火)	ごはん 		マーボーなす ツナとチンゲンサイのいためもの いり黒豆	30 (木)	ごはん 		肉じゃが あつあげのみそだれかけ あっさりきゅうり 焼きのり

