

令和4年8月

## 献立表

8月26日(金)～8月31日(水)

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
26 (金)	ごはん 		ビーフカレーライス〔米粉〕 野菜のピクルス ぶどうゼリー	30 (火)	黒糖パン 		焼きハンバーグ 豆乳スープ キャベツとピーマンのカレーソテー
29 (月)	黒糖パン (小) 		オイスターソース焼きそば きゅうりのピリ辛あえ ソフト黒豆 発酵乳	31 (水)	ごはん 		マーボーあつあげ丼 中華スープ ミニフィッシュ

令和4年9月

9月1日(木)～9月30日(金)

1 (木)	ごはん 		さごしの塩焼き 豚肉とじゃがいもの煮もの オクラのいためもの	15 (木)	コッペパン  いちごジャム 		牛肉のデミグラスソース煮 スープ きゅうりのピクルス
2 (金)	ごはん 		酢豚 中華スープ アーモンドフィッシュ 発酵乳	16 (金)	ごはん 		鶏肉のてり焼き みそ汁 なすのそぼろいため
5 (月)	ごはん 		菜飯 豚肉の甘辛焼き みそ汁 金時豆の煮もの	20 (火)	黒糖パン 		ワインナーのケチャップソース スープ 焼きかぼちゃ
6 (火)	コッペパン  マーマレード 		豆乳マカロニグラタン〔米粉〕 トマトスープ 洋なし(カット缶)	21 (水)	黒糖パン (小) 		焼きそば オクラの甘酢あえ ぶどう(巨峰)
7 (水)	ごはん 		他人丼 とうがんのみそ汁 キャベツの赤じそあえ	22 (木)	ごはん 		チキンカレーライス〔米粉〕 きゅうりとコーンのサラダ 白桃(カット缶)
8 (木)	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のサラダ 〔ノンエッグドレッシング〕 和なし(カット缶)	26 (月)	おさつパン 		チキンレバーかつ ケチャップ煮 キャベツのバジル風味サラダ
9 (金)	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 焼きのり	27 (火)	ごはん 		プルコギ トック もやしの甘酢あえ
12 (月)	ごはん 		肉じゃが あつあげのみそだれかけ きゅうりのゆずの香あえ	28 (水)	ごはん 		マーボーなす チンゲンサイとコーンのいためもの えだまめ
13 (火)	黒糖パン 		あげぎょうざ 鶏肉ととうがんの中華煮 冷とうみかん	29 (木)	コッペパン  りんご ジャム 		ヤンニョムチキン もやしととうふのスープ 切干だいこんのナムル
14 (水)	ごはん 		さけのつけ焼き 五目汁 高野どうふのいり煮	30 (金)	ごはん 		野菜たっぷりカラフルライス キャベツときのこのスープ ぶどう(巨峰)

献立コンクール  
優秀賞献立より

