

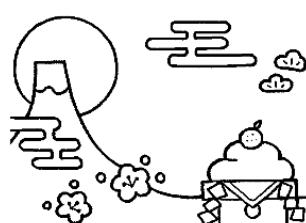
令和5年1月

## 献立表

1月11日(水)～1月31日(火)

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
11 (水)	ごはん 		筑前煮 じゃこ豆 焼きのり	20 (金)	コッペパン マーマ レード 		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 りんご
12 (木)	ごはん 		きんぴらちらし そう煮 ごまめ 【正月の行事献立】	23 (月)	ごはん 		【献立コンクール最優秀賞立より】 鶏肉の土手焼き風 はりはり汁 れんこんのフライ大阪ソース味
13 (金)	黒糖パン 		ほたて貝のグラタン スープ 和なし(かんづめ)	24 (火)	ごはん 		さごしのしょうゆだれかけ みそ汁 黒豆の煮もの
16 (月)	ごはん 		牛肉と金時豆のカレーライス ごぼうサラダ パインアップル(かんづめ)	25 (水)	おさつパン 		はくさいのクリーム煮 あつあげのごまじょうゆかけ 豚肉とさんどまめのオイスターいため
17 (火)	ごはん 		豚肉のごまだれ焼き みそ汁 きくなとはくさいのおひたし	26 (木)	ごはん 		さばのカレーたつたあげ 五目汁 紅白なます
18 (水)	黒糖パン 		あじのレモンマリネ てぼ豆のスープ煮 スライスチーズ	27 (金)	黒糖パン 		豚肉と野菜のケチャップ煮 カリフラワーのピクルス フルーツゼリー
19 (木)	ごはん 		鶏肉の甘辛焼き かす汁 くりきんとん 焼きのり	30 (月)	ごはん 		鶏肉のゆず塩焼き あつあげと野菜の煮もの こまつなの煮びたし
1月の給食には、お正月に食べる献立がたくさん登場します。				31 (火)	コッペパン バター 		ビーフシチュー ブロックソーセージとコーンのサラダ ミニフィッシュ



ぞう煮、ごまめ、黒豆の煮もの、くりきんとん、紅白なます。どれも、この1年間が健康で幸せに暮らせるようにという願いをこめて食べます。

