

令和5年2月

# 献立表

2月1日(水)～2月28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
1 (水)	ごはん 		いわしのしょうがじょうゆかけ 含め煮 いり大豆 焼きのり  【節分の行事献立】	14 (火)	ごはん 		すき焼き煮 もやしとささみのいためもの きゅうりのゆず風味
2 (木)	黒糖パン 		押麦のグラタン 豚肉と野菜のスープ いよかん	15 (水)	ごはん 		カツ丼 はくさいの甘酢あえ まっ茶大豆
3 (金)	ごはん 		関東煮 きゅうりの梅風味 白花豆の煮もの	16 (木)	コッペパン  アプリコット ジャム		豚肉のオイスターソース焼き あつあげと野菜の中華煮 デコボン
6 (月)	おさつパン 		わかさぎフライ コーンとはくさいのスープ カリフラワーのサラダ	17 (金)	ごはん 		たらフライ すまし汁 こまつなのごまあえ
7 (火)	ごはん 		ハヤシライス キャベツのバジル風味サラダ みかん(缶)	20 (月)	黒糖パン 		鶏肉のバジル焼き ウインナーと野菜のケチャップ煮 ブロッコリーのサラダ
8 (水)	ごはん 		くじらのオーロラ煮 まる天と野菜のうま煮 もやしのピリ辛あえ	21 (火)	ごはん 		あかうおのレモンじょうゆかけ みそ汁 高野どうふのいり煮
9 (木)	コッペパン  りんご ジャム		ポトフ カレーソテー 焼きプリン	22 (水)	ごはん 		チキンレバーカレーライス きゅうりとコーンのサラダ いちご
10 (金)	ごはん 		まぐろの甘辛焼き 豚汁 くきわかめのつくだ煮	24 (金)	おさつパン 		ほうれんそうのクリームシチュー キャベツのサラダ 洋なし(カット缶)
13 (月)	レーズン パン 		豚肉とごぼうの煮もの なにわうどん 固形チーズ	27 (月)	ごはん 		鶏ごぼうご飯 とうふのみそ汁 焼きれんこん
				28 (火)	コッペパン  フルー ベリー ジャム		中華おこわ 卵スープ キャベツのオイスターソースいため