

令和6年1月

献立表

1月10日（水）～1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
10 (水)	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	22 (月)	ごはん 		牛肉と金時豆のカレーライス 焼きミニハンバーグ ごぼうサラダ[ソイグドレッシング] 固形チーズ
11 (木)	おさつ パン 		あじのレモンマリネ てぼ豆のスープ煮 和なし（缶づめ） 棒チーズ	23 (火)	レーズン パン 		鶏肉のからあげ 中華スープ チンゲンサイともやしの甘酢あえ
12 (金)	ごはん 		れんこんのちらしづし ぞう煮 ごまめ	24 (水)	ごはん 		筑前煮 ツナとキャベツのごまいため まっ茶大豆
15 (月)	おさつ パン 		さばのみそ煮 すまし汁 紅白なます	25 (木)	黒糖パン 		ほたて貝のグラタン スープ パインアップル（缶づめ）
16 (火)	コッペパン 		はくさいのクリーム煮 あつあげのピリ辛じょうゆかけ 豚肉とさんどまめのオイスターソースいため	26 (金)	ごはん 		さごしのしょうゆだれかけ とうふのみそ汁 みずなの煮びたし
17 (水)	ごはん 		親子丼 ブロックソースのごまあえ 黒豆の煮もの	29 (月)	コッペパン 		ミートボールと野菜のカレー煮 ツナとこまつなのソテー 白桃（缶づめ）
18 (木)	黒糖パン 		豚肉と野菜のスープ煮 カレーソテー りんご 発酵乳	30 (火)	ごはん 		鶏肉の甘辛焼き かす汁 くりきんとん 焼きのり
19 (金)	ごはん 		鶏肉の甘みそ焼き 五目汁 高野どうふのいり煮	31 (水)	黒糖パン 		ビーフシチュー カリフラワーとコーンのサラダ ミニフィッシュ 洋なし（缶づめ）