



献立表



令和6年11月

11月1日(金)～11月29日(金)

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 (金)	黒糖パン 		ほうれんそうのグラタン スープ煮 りんご	18 (月)	コッペパン  バター 		ツナポテトオムレツ ケチャップ(袋・ツナポテトオムレツ) スープ 白桃(缶)
5 (火)	ごはん 		豚肉のコチジャンいため 鶏肉とはるさめのスープ きゅうりのナムル	19 (火)	かやくご飯 		さごしのごまじょうゆかけ すまし汁 大豆の煮もの
6 (水)	ごはん 		ビビンバ(肉) ビビンバ(野菜) わかめスープ いもけんぴフィッシュ	20 (水)	期末テスト		
7 (木)	おさつ パン 		白身魚フリッター ミネストローネ ブロッコリーのサラダ	21 (木)			
8 (金)	ごはん 		ジャージャン豆腐 チンゲンサイのオイスターソースあえ まっ茶白玉のきな粉かけ きな粉(袋・まっ茶白玉のきな粉かけ)	22 (金)			
11 (月)	コッペパン  いちご ジャム 		豚肉のバジル焼き スープ うずら豆のグラッセ	25 (月)	ミニコッペ パン 		ウィンナーときのこの和風スバゲッティ きざみのり(袋・ウィンナーときのこの和風スバゲッティ) 焼きとうもろこし 固形チーズ
12 (火)	ごはん 		ピリ辛丼 中華スープ きゅうりの甘酢づけ 黄桃(カット缶)	26 (火)	ごはん 		焼きししゃも さといもの和風カレー汁 ささみとこまつなのいためもの まっ茶大豆
13 (水)	ごはん 		なまりぶしのしょうが煮 なめこのみそ汁 ほうれんそうのごまあえ	27 (水)	ごはん 		鶏肉の梅風味焼き うすくず汁 きんぴらごぼう
14 (木)	黒糖パン 		豚肉と野菜のスープ煮 変わりピザ みかん	28 (木)	コッペパン  ブルー ベリー ジャム 		焼きシューマイ 中華みそスープ ツナと野菜のオイスターソースいため
15 (金)	ごはん 		いかてんぷら 五目汁 のりのつくだ煮	29 (金)	ごはん 		関東煮(除去食:卵) れんごんの赤じそあえ みかん 