

令和7年10月



# 献立表



10月1日(水)～10月31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 (水)			鶏肉のゆず塩焼き ソーキ汁 ツナ大豆そぼろ	17 (金)			タンタンめん キャベツの甘酢づけ おさつチップス
2 (木)	<div>中間テスト</div>			20 (月)			ブルコギ トック もやしのナムル
3 (金)				21 (火)			中華丼【除去食：卵】 あつあげの中華だれかけ みかん
6 (月)			和風ハンバーグ 五目汁 金時豆の煮もの	22 (水)	 ブルーベリージャム		豚肉のガーリック焼き コーンスープ きゅうりのバジル風味サラダ
7 (火)	 みかん ジャム		中華煮 大学いも あっさりきゅうり	23 (木)			とり天 どさんこ汁 抹茶団子 きな粉
8 (水)			鶏肉のチリソース焼き 焼き豚のスープ ツナとさんどまめのいためもの	24 (金)	 パンプキン		かつおのガーリックソースかけ ウインナーとじゃがいものスープ キャベツのサラダ 発酵乳
9 (木)	 黒糖パン		まぐろのオーロラ煮 スープ さんどまめとコーンのサラダ	27 (月)			豚肉の梅風味焼き ふきよせ煮 くきわかめのつくだ煮
10 (金)			大豆入りキーマカレーライス キャベツのひじきドレッシング 和なし(缶)	28 (火)			あかうおのしょうゆだれかけ 豚汁 きゅうりのゆず風味
14 (火)			みそカツ じゃがいもと野菜の煮もの 焼きのり	29 (水)	 黒糖パン		なすのミートグラタン 鶏肉とキャベツのスープ りんご
15 (水)	 ミニコッペパン		イタリアンスパゲッティ サワーキャベツ カレーフィッシュ	30 (木)			もずくと豚ひき肉のジューシー じゃがいものみそ汁 焼きれんこん
16 (木)			ポークカレーライス 焼きとうふハンバーグ ほうれんそうのソテー 黄桃(缶)	31 (金)	 いちご ジャム		鶏肉のカレー風味焼き スープ煮 野菜のソテー 固形チーズ