

令和7年11月



献立表



11月4日(火)～11月28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
4 (火)			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	17 (月)			あげギョーザ 中華みそスープ れんこんの中華だれかけ
5 (水)			えびフライカレーライス カリフラワーのピクルス 豆こんぶ	18 (火)			さごしのごまじょうゆかけ 五目汁 大豆の煮もの
6 (木)			ウインナーときのこの和風スパゲッティ きざみのり 焼きツナキャベツ 固形チーズ	19 (水)	期末テスト		
7 (金)			関東煮【除去食：卵】 はくさいの甘酢あえ みかん	20 (木)			
10 (月)			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 (金)			
11 (火)			ピリ辛丼【除去食：大豆】 中華スープ 白桃(缶)	25 (火)			ツナポテトオムレツ ケチャップ スープ 洋なし(缶) スライスチーズ
12 (水)			鶏肉のおろししょうゆかけ うすくず汁 きんぴらごぼう	26 (水)			焼きししゃも 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 (木)			ほうれんそうのグラタン てぼ豆のスープ煮 りんご	27 (木)			牛肉の甘辛焼き なめこのみそ汁 ほうれんそうのおひたし
14 (金)			豚肉と野菜のいためもの いわしのつみれ汁 かぼちゃいろいろ	28 (金)			鶏肉ときのこのシチュー きゅうりのピクルス パインアップル(缶)

