

令和8年1月



献立表



1月9日(金)～1月30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
9 (金)	ごはん 		れんこんのちらしずし きざみのり そう煮 ごまめ (正月の行事献立)	22 (木)	ごはん 		さごしのみぞれかけ みそ汁 みすなの煮びたし おさつチップス
13 (火)	ごはん 		親子丼【除去食：卵】 紅白なます 黒豆の煮もの 	23 (金)	コッペパン みかん ジャム		ビーフシチュー ブロッコリーのサラダ スライスチーズ 洋なし(缶)
14 (水)	黒糖パン 		あじのレモンマリネ てば豆のスープ煮 白桃(缶)	26 (月)	ごはん 		豚肉と金時豆のカレーライス 焼きミニハンバーグ サワーソテー 和なし(缶)
15 (木)	ごはん 		筑前煮 ツナとキャベツのごまいため まっ茶大豆	27 (火)	ごはん 		こまつなっ葉めし きざみのり さけの和風マリネソースかけ じゃがいもとベーコンのみそ汁
16 (金)	おさつ パン 		ケチャップ煮 ささみと野菜のソテー りんご	28 (水)	黒糖パン 		はくさいのとろみ煮 あつあげのピリ辛しょうゆかけ 豚肉とさんどまめのオイスターソースいため
19 (月)	ごはん 		さばのみそ煮 五目汁 きゅうりの甘酢づけ 発酵乳	29 (木)	ごはん 		豚肉のスタミナ焼き 五目汁 きくなとはくさいのおひたし
20 (火)	ごはん 		鶏肉の塩こうじ焼き かす汁 くりきんとん 焼きのり 	30 (金)	コッペパン いちご ジャム		鶏肉のからあげ ハムと野菜の中華スープ もやしとコーンの中華あえ
21 (水)	黒糖パン 		ミートボールと野菜のカレー煮 ツナとほうれんそうのソテー パイナップル(缶)				