

令和4年

10月 給食献立表

大阪市立木津中学校

3月	黒糖パン 			まぐろのオーロラ煮 スープ あっさりキャベツ	18火	コッペパン  ソフトマーガリン		さくらんぼ(缶) 	なすのミートグラタン 鶏肉と野菜のスープ
4火	米飯 			タコライス もずくのスープ 焼きじゃが	19水	米飯 			みそカツ じゃがいもと野菜の煮もの 焼きのり
5水	米飯 			豚肉のねぎじょうゆ焼き ふきよせ煮 きゅうりともやしの甘酢あえ	20木	米飯 			あかうおのみぞれかけ みそ汁 牛ひじきそぼろ
6木	コッペパン  いちごジャム			牛肉の香味焼き ほたて貝とトマトのスーパゲッティ さんどまめのサラダ	21金	パンブキンパン 		ハインアッブル (カット缶) 	豆乳コーンクリームシチュー【米粉】 はくさいのピクルス
7金	米飯 		りんご 	ハヤシライス【米粉】 キャベツのひじきドレッシング	24月	米飯 		個別対応 ワンタンの皮	鶏肉のチリソース焼き 焼き豚とワンタンの皮のスープ 切干しだいこんのごま辛みづけ
11火	黒糖パン 			かつおのマリネ焼き【ノンエッグドレッシング】 ウインナーとじゃがいものスープ きゅうりのサラダ	25火	黒糖パン 		みかん 	豚肉といかの中華煮 大学いも
12水	米飯 			鶏肉のたつたあげ あつあげと野菜の煮もの おかかなっ葉	26水	米飯 			和風ハンバーグ みそ汁 かぼちゃのいとこ煮
13木	米飯 		みかん 	ポークカレーライス【米粉】 サワーキャベツ	27木	米飯 		黄桃(缶) 	ピリ辛丼 中華スープ
14金	おさつパン 		発酵乳 	タンタンめん きゅうりの甘酢づけ ミニフィッシュ	28金	コッペパン  アプリコットジャム			豚肉のカレー風味焼き はくさいのスープ もやしとピーマンのいためもの
17月	減量米飯 			もずくと豚ひき肉のジューシー さつまいものみそ汁 焼きれんこん	31月	米飯 			鶏肉のゆず塩焼き ソーキ汁 ツナ大豆そぼろ

★8・9・10月は「食物アレルギー対応サポート月間」です。
 [米粉]…小麦アレルギーに配慮し、小麦を含まない食品を使用。
 [ノンエッグドレッシング]…卵アレルギーに配慮し、卵を含まない食品を使用。