

平成28年4月分 大阪市中学校給食の献立

月

火

水

木

金

1年生のみなさん、入学おめでとうございます。

2、3年生のみなさん、進級おめでとうございます。

中学校給食は、調理事業者で調理し、弁当箱に入った給食が届きます。

主食（米飯）、主菜、副菜、汁もの、牛乳などを組み合わせて提供し、みなさんの健やかな成長をサポートします。

副食は調理後すぐに、10℃以下にすることで、細菌の繁殖を防ぎ、安全を保つようにしています。

保温食缶で届く、カレールウやハヤシルウ、中華丼の具などは、ご飯にかけて食べることができる温かい料理です。



スプーンを忘れ
ないように
しましょう。

「はし」や「スプーン」は、各自で準備しましょう。

- ・カツカレーライス 11
一口カツ
枝豆
- ・キャベツのピクルス
- ・フルーツミックス



ご飯に混せて食べることができます。

- ・さごしの塩焼き 12
あつあわとじゃがいもの煮もの
- ・ほうれん草とコンのおひたし
- ・牛ひじきそぼろ



- ・鶏肉の竜田揚げ 13
いかと野菜の炒めもの
- ・若竹煮
- ・きゅうりの酢のもの
- ・みそ汁



- ・豚肉のおろししゃぶしゃぶ 14
赤平天とこんにゃくの煮もの
- ・おおさかしろなの炒めもの
- ・キャベツの甘酢あえ



- ・鶏肉のピリ辛焼き 15
中華煮
- ・いかてんぷら
- ・チンゲンサイの炒めもの
- ・テコポン



- ・豚肉の甘辛炒め 18
ちくわの磯辺揚げ
- ・豚肉と小松菜のおひたし
- ・すまし汁



- ・とりごぼうご飯 19
(きざみのりがつきます)
- ・ツナと野菜の炒めもの
- ・揚げポテトもち
- ・ほうれん草のおひたし



- ・ビーフシチュー 20
フレックコリー
- ・白身魚のから揚げ
- ・レタスとコンのサラダ
- ・清見オレンジ



- ・鶏肉のてり焼き 21
豚肉とじゃがいもの煮もの
- ・切り干しだいこんの炒め煮
- ・三度豆のごまあえ



- ・赤魚の中華焼き 22
揚げギョーザ
- ・チンゲンサイと
コーンの炒めもの
- ・茎わかめと
きゅうりの酢のもの
- ・五目スープ



スプーンを忘れないようにしましょう。

- ・鶏肉のカレー風味焼き
- ・牛肉と野菜のケチャップソテー
- ・フレックコリーのサラダ
- ・パインアップル缶詰
- ・スープ



- ・糸よりのてんぱら 26
豚肉と根菜の炒め煮
- ・キャベツのごまあえ
- ・のりの佃煮



- ・ポークハヤシライス 27
グリーンアスパラガス
- ・コロッケ
- ・もやしとコンのソテー
- ・オレンジ



- ・牛肉の甘辛煮 28
れんこんの若草揚げ
- ・大豆とひじきの煮もの
- ・フレックコリーのおかかあえ



29
昭和の日

