



きゅうしょくこんだてひょう

※毎日、牛乳がつきます。

※こんだては予定ですので変わることがあります。

12月1日(火)～12月25日(金)

大阪市立東三国中学校



12/1 (火)

黒糖パン
とうふハンバーグ
カリフラワーのスープ煮
固体チーズ

12/2 (水)

ごはん
豚肉のしょうが焼き
さつまいものみそ汁
きくなとはくさいの
ごまあえ

12/3 (木)

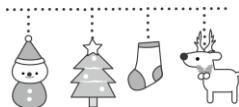
おさつパン
さけのマリネ
肉だんごと麦のスープ
プチトマト

12/4 (金)

ごはん
鶏肉の甘辛焼き
みそ汁
だいこんの煮もの
ミニフィッシュ

12/7 (月)

大型コッペパン
(ソフトマーガリン)
豚肉のガーリック焼き
スープ
ほうれんそうのソテー^ト
ヨーグルト



12/8 (火)

ごはん
鶏肉のしょうゆ
マヨネーズ焼き
五目汁
かぶのゆず風味
焼きのり

12/9 (水)

ごはん
鶏肉と野菜の煮もの
じゃこ豆
あっさりきゅうり

12/10 (木)

黒糖パン
カレーうどん
はくさいのおひたし
りんご



12/11 (金)

ごはん
豚肉のねぎじょうゆ焼き
すまし汁
れんこんのおかかいため

12/14 (月)

大型コッペパン
(ブルーベリージャム)
鶏肉のからあげ
中華みそスープ
もやしとコーンの甘酢あえ

12/15 (火)

ごはん
さばのみぞれかけ
みそ汁
こまつなの煮びたし

12/16 (水)

ごはん
卵どうふ
鶏肉と一口がんものの煮もの
野菜のそぼろいため



12/17 (木)

黒糖パン1/2
和風焼きそば
きゅうりの甘酢あえ
りんご

12/18 (金)

ごはん
豚肉と干しういきのみそ煮
すまし汁
焼きかぼちゃの甘みつかけ
焼きのり

12/21 (月)

黒糖パン
あげシューまい
とうふのスープ
ツナとチンゲンサイの
いためもの



12/22 (火)

ごはん
いわしのしょうが煮
みそ汁
高野どうふの煮もの
ソフト黒豆

12/23 (水)

冬野菜のカレーライス
ブロッコリーとコーンのサラダ
黄桃(カット缶)



12/24 (木)

大型コッペパン
(いちごジャム)
鶏肉とじゃがいものスープ煮
きのこのドリア
みかん



12/25 (金)

ごはん
たらのフライ
豚肉とあつあげの煮もの
もやしときゅうりの
おひたし