



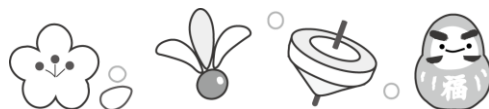
# きゅうしょくこんだてひょう

1月7日(木)～1月29日(金)

※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。

大阪市立東三国中学校



1/7 (木)

黒糖パン  
鶏肉のバーベキューソテー  
ウインナーとキャベツのスープ  
焼きじゃが



1/8 (金)

【正月の行事献立】

れんこんのちらしずし  
ぞう煮  
ごまめ



1/12 (火)

黒糖パン  
ほたて貝のグラタン  
スープ  
和なし(カット缶)

1/13 (水)

ごはん  
さごしのしょうゆだれかけ  
みそ汁  
みずなの煮びたし  
焼きのり

1/14 (木)

ごはん  
豚肉のごまだれ焼き  
みそ汁  
きくなどはくさいのおひたし  
アーモンドフィッシュ

1/15 (金)

おさつパン  
ビーフシチュー  
ブロッコリーのサラダ  
ミニフィッシュ

1/18 (月)

牛肉と金時豆のカレーライス  
(近江牛)  
ごぼうサラダ  
パインアップル(缶)



1/19 (火)

大型コッペパン  
(バター)  
鶏肉のオイスターソース焼き  
中華スープ  
チンゲンサイとコーンの中華あえ

1/20 (水)

ごはん  
さばのカレーたつたあげ  
さつまいもとうすあげのみそ汁  
はくさいとほうれんそうの煮びたし

1/21 (木)

ごはん  
筑前煮  
ひじき豆  
だいこんのゆず風味

1/22 (金)

黒糖パン  
豚肉と野菜のケチャップ煮  
カリフラワーのピクルス  
桃のクラフティ



1/25 (月)

ごはん  
鶏肉の甘辛焼き  
かす汁  
くりきんとん

1/26 (火)

黒糖パン  
ミートボールと  
野菜のカレー煮  
ツナとキャベツのソテー  
りんご

1/27 (水)

ごはん  
いわしてんぷら  
あつあげと野菜の煮もの  
ごまひじき

1/28 (木)

親子丼  
すまし汁  
黒豆の煮もの

1/29 (金)

大型コッペパン  
(マーマレード)  
あじのレモンマリネ  
てぼ豆のスープ煮  
固形チーズ

