

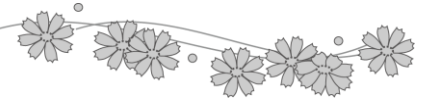
きゅうしょくこんだてひょう

10月1日(金)～10月29日(金)

大阪市立東三国中学校

※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。



10/1 (金)

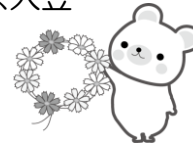
ハヤシライス[米粉]
キャベツのひじきドレッシング
さくらんぼ(缶)

10/4 (月)

黒糖パン
豚肉といかの中華煮
大学いも
ミニフィッシュ

10/5 (火)

タコライス
もずくのスープ
焼きじゃが
まっ茶大豆



10/6 (水)

大型コッペパン
(アプリコットジャム)
コーンクリームシチュー[米粉]
はくさいのピクルス
りんご

10/7 (木)

ごはん
鶏肉のたつたあげ
一口がんもと野菜の煮もの
おかかなっ葉



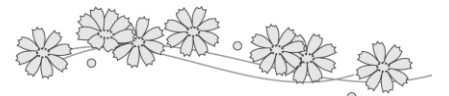
10/8 (金)

ピリ辛丼
中華スープ
ソフト黒豆
発酵乳



10/11 (月)

黒糖パン
はくさいのクリーム煮
あつあげのごまじょうゆかけ
豚肉とさんどまめのオイスターソースいため



10/12 (火)

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

10/13 (水)

パンプキンパン
かつおのマリネ焼き
[ノンエッグドレッシング]
鶏肉とじゃがいものスープ
きゅうりのサラダ

10/14 (木)

3年修学旅行
1・2年中間テスト
(第一日目)

10/15 (金)

3年修学旅行
1・2年中間テスト
(第二日目)

10/18 (月)

大型コッペパン
(ソフトマーガリン)
豚肉と野菜のケチャップソテー
スープ
スイートポテト

10/19 (火)

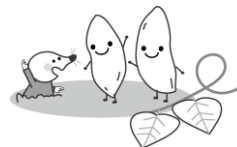
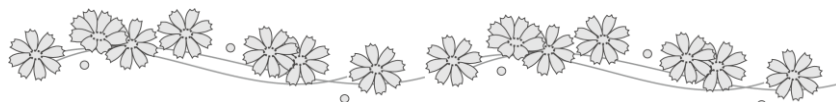
ごはん
さんまのみぞれかけ
みそ汁
牛ひじきそば

10/20 (水)

おさつパン
なすのミートグラタン
鶏肉と野菜のスープ
黄桃(缶)

10/21 (木)

ごはん
まぐろのオーロラ煮
すまし汁
もやしとピーマンの
いためもの



10/22 (金)

ごはん
鶏肉のゆず塩焼き
ソーキ汁
ほうれんそうのおひたし
焼きのり



10/25 (月)

黒糖パン
牛肉のカレー風味焼き
ほたて貝とトマトのスーパゲッティ
きゅうりとコーンのサラダ
[ノンエッグドレッシング]



10/26 (火)

ごはん
みそカツ
じゃがいもと野菜の煮もの
焼きのり

10/27 (水)

黒糖パン
鶏肉の香草焼き
ウインナーとてば豆のスープ
キャベツのガーリックソテー
ヨーグルト



10/28 (木)

ごはん
豚肉のねぎじょうゆ焼き
ふきよせ煮
ツナ大豆そば



10/29 (金)

大型コッペパン
(いちごジャム)
タンタンめん
きゅうりの甘酢づけ
みかん