



# きゅうしょくこんだてひょう

12月1日(水)～12月23日(木)

大阪市立東三国中学校

※毎日、牛乳がつきます。

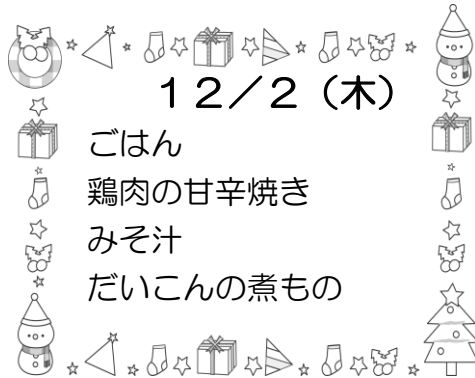
※こんだては予定ですので変わることがあります。



12/1 (水)

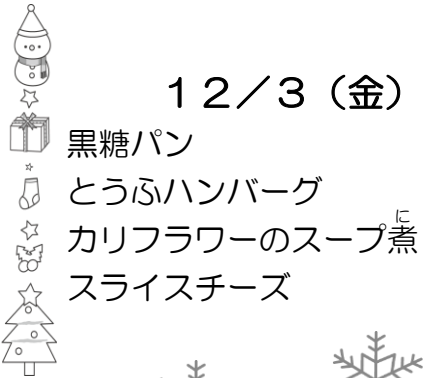
期末テスト  
(3日目)

12/2 (木)



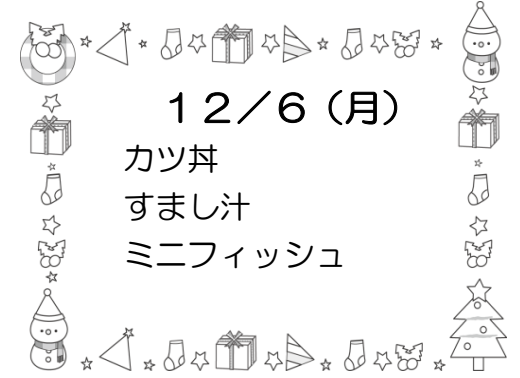
ごはん  
鶏肉の甘辛焼き  
みそ汁  
だいこんの煮もの

12/3 (金)

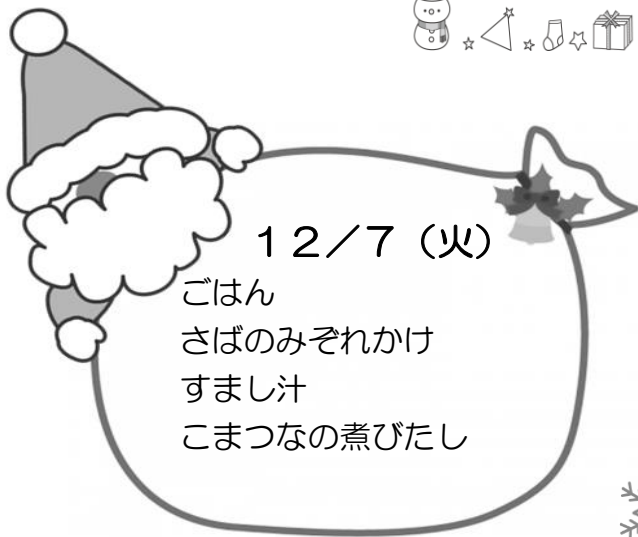


黒糖パン  
とうふハンバーグ  
カリフラワーのスープ煮  
スライスチーズ

12/6 (月)



カツ丼  
すまし汁  
ミニフィッシュ



12/7 (火)

ごはん  
さばのみぞれかけ  
すまし汁  
こまつなの煮びたし

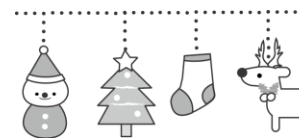
12/8 (水)

大型コッペパン  
(ソフトマーガリン)  
カレーうどん  
はくさいの甘酢あえ  
りんご



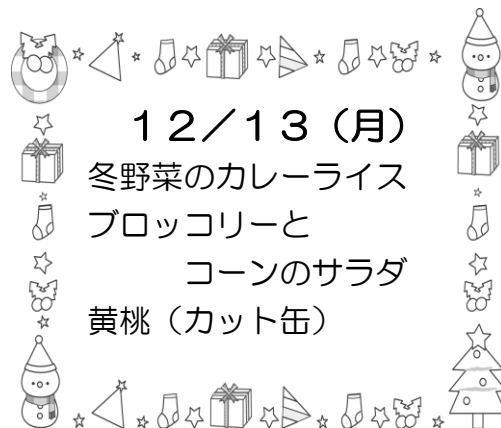
12/9 (木)

じゃこ菜っ葉ごはん  
豚肉のスタミナ焼き  
あつあげと冬野菜のあったか煮



12/10 (金)

おさつパン  
あげシューマイ  
とうふのスープ  
ツナとチンゲンサイの  
いためもの



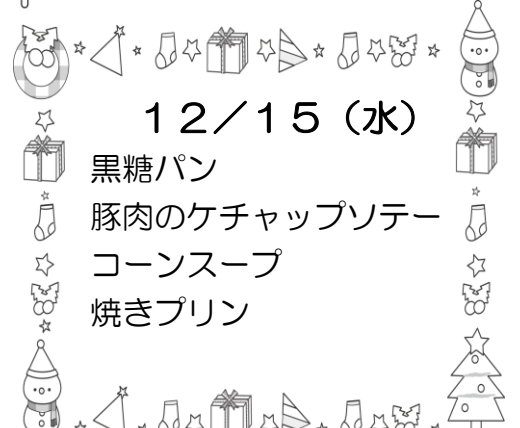
12/13 (月)

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)

12/14 (火)

ごはん  
鶏肉のゆず塩焼き  
含め煮  
魚ひじきそぼろ

12/15 (水)



黒糖パン  
豚肉のケチャップソテー  
コーンスープ  
焼きプリン

12/16 (木)

ごはん  
いわしのしょうが煮  
みそ汁  
高野とうふの煮もの  
焼きのり



12/17 (金)

黒糖パン1/2  
和風焼きそば  
きゅうりのしょうがづけ  
りんご



12/20 (月)

ごはん  
鶏肉と野菜の煮もの  
じゃこ豆  
かぶのゆず風味

12/21 (火)

ごはん  
豚肉と干しずいきのみそ煮  
うすくず汁  
焼きかぼちゃの甘みつけ

12/22 (水)

大型コッペパン  
(ブルーベリージャム)  
鶏肉とじゃがいものスープ煮  
きのこのドリア  
みかん



12/23 (木)

ごはん  
たらフライ  
さつまいものみそ汁  
きくなどとはくさいのごまあえ

