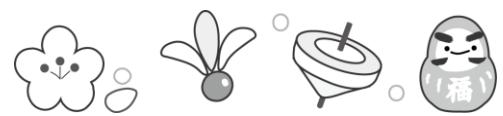




# きゅうしょくこんだてひょう

1月12日(水)～1月31日(月)

大阪市立東三国中学校



1/12 (水)

黒糖パン  
マカロニグラタン  
ワインナーのスープ  
和なし(カット缶)



1/17 (月)

黒糖パン  
あじのレモンマリネ  
てぼ豆のスープ煮  
固形チーズ

1/20 (木)

ごはん  
さばのみそ煮  
五目汁  
ブロッコリーのごまあえ

1/25(火)

親子丼  
すまし汁  
黒豆の煮もの

1/28 (金)

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

※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。

1/13 (木)

ごはん  
豚肉のごまだれ焼き  
みそ汁  
きくなとはくさいのおひたし

1/18 (火)

ごはん  
鶏肉の甘辛焼き  
かす汁  
くりきんとん  
焼きのり

1/21 (金)

ごはん  
筑前煮  
ひじき豆  
だいこんのゆず風味

1/26 (水)

おさつパン  
鶏肉のオイスターソース焼き  
ワンタンの皮ととうふのスープ  
チンゲンサイとコーンの中華あえ

1/31 (月)

大型コッペパン  
(バター)  
ビーフシチュー  
カリフラワーのピクルス  
ミニフィッシュ

1/14 (金)

【正月の行事献立】  
れんこんのちらしずし  
ぞう煮  
ごまめ



1/19 (水)

大型コッペパン  
(マーマレード)  
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

1/24 (月)

黒糖パン  
ポトフ  
カレーソテー  
桃のクラフティ



1/27 (木)

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

