



1月の献立

こん だて

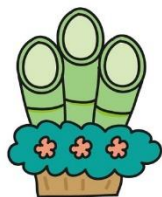
あけましておめでとうございます。

冬休みは元気にすごせましたか？今月の給食では、8日の【正月の行事献立】のほかに「紅白なます」「くりきんとん」「黒豆の煮もの」などの正月料理にちなんだおかずが多く登場します。みなさんにとって今年一年がよい年でありますように！！

1月8日（水）～
1月31日（金）

大阪市立 中学校

- *牛乳は毎日つきます。
- *★は個別対応献立です。
- *予定ですので変わることがあります。



7日（火）

* 始業式

（給食はありません。）

8日（水）

- ・れんこんのちらしずし
- ・そう煮
- ・ごまめ

【正月の行事献立】

9日（木）

- ・ライ麦パン
- ・豚肉と野菜のカレー煮
- ・カリフラワーとコーンのサラダ
- ・りんご

10日（金）

- ・ごはん
- ・さばのみそ煮
- ・すまし汁
- ・もやしのゆずの香あえ
- ・焼きのり



13日（月）

* 「成人の日」で休み

14日（火）

- ・ごはん
- ・筑前煮
- ・ひじき豆
- ・紅白なます

15日（水）

- ・おさつパン
- ・ポトフ
- ・カレーソテー
- ・桃のクラフティ



16日（木）

- ・ごはん
- ・かす汁
- ・ブロッコリーのしょうがづけ
- ・くりきんとん
- ・豆こんぶ

17日（金）

- ・食パン、バター
- ・鶏肉のオイスターソース焼き
- ★えびととうふのスープ
- ・チンゲンサイのピリ辛あえ
- ・ヨーグルト

20日（月）

- ・ごはん
- ・酢豚
- ・中華スープ
- ・焼きのり
- ・発酵乳



21日（火）

- ・栄養たっぷりえだまめひじきご飯
- ・さけのさわやかレモン焼き
- ・冬野菜のみそ汁

22日（水）

- ・黒糖パン
- ・ミートボールのケチャップ煮
- ・ツナと野菜のソテー
- ・焼きじゃが
- ・まっ茶大豆

23日（木）

- ★親子丼
- ・みそ汁
- ・黒豆の煮もの



24日（金）

- ・コッペパン、マーマレード
- ・マカロニグラタン
- ・だいこんのスープ
- ・和なし（カット缶）

27日（月）

- ・豚肉と金時豆のカレーライス
- ・焼きミニハンバーグ
- ・ごぼうサラダ
- ・プチトマト

28日（火）

- ・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

29日（水）

- ・黒糖パン
- ・ビーフシチュー
- ・きゅうりのバジル風味サラダ
- ・パインアップル（缶）

30日（木）

- ・ごはん
- ・豚肉のごまだれ焼き
- ・みそ汁
- ・きくなどとはくさいのおひたし

31日（金）

- ・食パン、いちごジャム
- ・あじのレモンマリネ
- ・てぼ豆のスープ煮
- ・固形チーズ