

平成28年3月分 大阪市中学校給食の献立

月

火

水

木

金

カレーライスやシチュー、汁などの一部の具材を副食容器に入れて届けます。食べる時に各自で加えて食べましょう。

- 9日 ハンバーグカレーライス (ハンバーグ、ブロッコリー)
- 11日 チキンクリームシチュー (ほうれん草)
- 16日 牛肉と卵のクッパ (牛肉とニラの煮もの、錦糸卵)
- 18日 ハヤシライス (ブロッコリー)

- ・みそカツ
- ・赤平天と野菜の煮もの
- ・キャベツとコーンのサラダ
- ・はくさいとほうれん草のおひたし



トンカツソースがつきます。

マヨネーズがつきます。

- ・マーボー豆腐
- ・焼きそば
- ・揚げシューマイ
- ・ポイルフロッコリー
- ・はっさく



スプーンを忘れないようにしましょう。

- ・三色丼
- ・鮭とほうれん草
- ・錦糸卵
- ・菜の花とちくわのてんぷら
- ・だいこんの酢のもの
- ・ゼリー



- ・じゃこごはん
- ・鶏肉の塩焼き
- ・ちくわとじゃがいもの煮もの
- ・はくさいの酢のもの
- ・豚汁



スプーンがあると便利です。

- ・チキンカツ
- ・ポイルフロッコリー
- ・スパゲッティソース
- ・キャベツのドレッシングあえ
- ・いちご
- ・ポタージュ



- ・鯛のてり焼き
- ・一口がんと野菜のみそ煮
- ・ふかしいも
- ・小松菜のおひたし



- ・ハンバーグカレーライス
- ・ハンバーグ
- ・フロッコリー
- ・れんこんサラダ
- ・清見オレンジ
- ・はっさく



スプーンを忘れないようにしましょう。

マヨネーズがつきます。

- ・豚肉のしょうが焼き
- ・焼きあつあげ
- ・ほうれん草ともやしのおひたし
- ・パインアップル缶詰



- ・チキンクリームシチュー
- ・ほうれん草
- ・ウインナーと野菜のカレー炒め
- ・ゆでとうもろこし
- ・りんご



スプーンを忘れないようにしましょう。

- ・かき揚げ、ししとう
- ・鮭の塩焼き
- ・きんぴらごぼう
- ・はくさいの酢のもの
- ・赤だし



- ・鶏肉のから揚げ
- ・豚肉と野菜のケチャップ炒め
- ・じゃがいもの洋風煮
- ・きゅうりのピクルス



- ・牛肉と卵のクッパ
- ・牛肉とニラの煮もの
- ・錦糸卵
- ・(野菜スープ)
- ・いかてんぷら
- ・もやしのナムル



- ・ささしのおろししょうゆかけ
- ・高野豆腐の煮もの
- ・さつまいものてんぷら
- ・ほうれん草とはくさいのおひたし



- ・ハヤシライス
- ・フロッコリー
- ・白身魚のムニエル
- ・キャベツのドレッシングあえ
- ・デコポン



21

振替休日

- ・鶏肉と野菜のカレー炒め
- ・マカロニサラダ
- ・じゃがいものしょうゆバター焼き
- ・りんご缶詰



マヨネーズがつきます。

- ・千草焼き
- ・ししゃものから揚げ
- ・はくさいとほうれん草のごまあえ
- ・みかん缶詰
- ・みそ汁



献立の内容

主食（米飯）、主菜、副菜、汁もの、牛乳などを組み合わせて提供します。



「はし」や「スプーン」は、各自で準備しましょう。