

平成28年5月分

大阪市中学校給食の献立

月

火

水

木

金

- 2 こどもの日の行事献立
- ・ 鯖ちらし
ちらしの具
鯖と三度豆のそぼろ
錦糸卵
 - ・ 小松菜のおひたし
 - ・ 肉汁 ・ 粕もち



3 憲法記念日

4 みどりの日

5 こどもの日

- 6
- ・ ハンバーグ
 - ・ マカロニサラダ
 - ・ 粉ふきいも
 - ・ ベーコンと野菜のソテー
 - ・ スープ



マヨネーズがつきます。

スプーンを忘れないようにしましょう。

- 9
- ・ 鰯のから揚げ
 - ・ 切り干しだいこんの煮もの
 - ・ キャベツの酢のもの
 - ・ みかん缶詰
 - ・ みそ汁



- 10
- ・ 肉じゃが
 - ・ ししゃもてんぷら
 - ・ だいこんと小松菜の酢豚づけ
 - ・ 高野とうふのいり煮



- 11
- ・ 鯖の塩焼き
 - ・ きんぴらごぼう
 - ・ もやしのごま酢あえ
 - ・ ふきの薺煮
 - ・ みそ汁



かつおぶしがつきます。

- 12
- ・ 豚肉のてり焼き
 - ・ ちくわと野菜のマヨネーズ炒め
 - ・ 揚げ枝豆
 - ・ チンゲンサイのおひたし



- 13
- ・ ビーフカレーライス
 - ・ 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
 - ・ オレンジ



スプーンがあると便利です。

- 16
- ・ 豚肉のオーロラソースかけ
 - ・ スパゲッティソテー
 - ・ きゅうりのピクルス
 - ・ 白花豆のグラッセ
 - ・ スープ



- 17
- ・ ささしのみそつけ焼き
 - ・ 焼きそば
 - ・ じゃがいもと枝豆の煮もの
 - ・ もやしとにんじんの酢のもの



- 18
- ・ チキンポトフ
 - ・ フロッコリー
 - ・ ミンチカツ
 - ・ キャベツのピクルス
 - ・ 黄桃缶詰



トンカツソースがつきます。

- 19
- ・ 牛肉とグリーンアスパラガスの炒めもの
 - ・ 春菊サラダ
 - ・ 揚げシューマイ
 - ・ フチトマト



- 20
- ・ ちくわ井
 - ・ 干草焼き
 - ・ キャベツときゅうりの酢豚づけ
 - ・ りんご缶詰



マヨネーズがつきます。

スプーンを忘れないようにしましょう。

- 23
- ・ 鯖の土佐揚げ
 - ・ じゃがいもとこんにゃくの煮もの
 - ・ だいこんときゅうりの酢のもの
 - ・ みかん缶詰
 - ・ みそ汁



- 24
- ・ 鶏肉のマヨネーズ焼き
 - ・ 野菜ソテー
 - ・ マッシュポテト
 - ・ フチトマト



- 25
- ・ ハヤシライス
 - ・ フロッコリー
 - ・ 白玉焼き
 - ・ フライドポテト
 - ・ オレンジ



塩がつきます。

- 26
- ・ ささきのおろししょうゆかけ
 - ・ 高野とうふの煮もの
 - ・ ベーコンと野菜の炒めもの
 - ・ 金時豆の煮もの



- 27
- ・ とんかつ
 - ・ 鶏肉と野菜の炒めもの
 - ・ キャベツの酢豚づけ
 - ・ パインアップル缶詰
 - ・ みそ汁



トンカツソースがつきます。

- 30
- ・ カレー丼
 - ・ 赤魚の塩焼き
 - ・ 小松菜とにんじんのおひたし
 - ・ こんにゃくの煮もの
 - ・ オレンジ
 - ・ ヨーグルト



- 31
- ・ 鶏肉の竜田揚げ
 - ・ あつあげとじゃがいもの煮もの
 - ・ 野菜の炒めもの
 - ・ もやし酢のもの



スプーンがあると便利です。

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。



カレーライスやシチュー、汁もの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。

- 13日 ビーフカレーライス（フロッコリー）
- 18日 チキンポトフ（フロッコリー）
- 25日 ハヤシライス（フロッコリー）