

平成28年6月分

大阪市中学校給食の献立

月

火

水

木

金

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。



- 豚肉のから揚げ
かぼちゃのしょうゆ焼き
きゅうりとわかめの酢のもの
みかん缶詰
みそけんちん汁



- 一口がんと
じゃがいもの煮もの
鱈のしょうゆマヨネーズ焼き
ほうれん草とコーンのおひたし
牛ひじきどぼろ



- ローストチキン
牛肉と野菜のケチャップソテー
フロッコリーのサラダ
パインアップル缶詰
コーンスープ



- 豚肉の甘辛炒め
いわしてんぷら
キャベツのごまあえ
のりの佃煮
みそ汁



- 鶏肉のしょうゆバター焼き
豚肉と野菜の煮もの
きゅうりのおかかあえ
ひじきと大豆の煮もの



- チキンカレーライス
一口とんかつ
グリーンアスパラガスとコーンのソテー
うずら豆のグラッセ
オレンジ



- サーモンフライ
なすのミートソース煮
ベーコンと野菜のソテー
海そうサラダ



- ビビンバ
肉炒め・チンゲンサイナムル
いかてんぷら
フチトマト
とうふのスープ



きずみのりがつきます。

- 油淋鶏
中華煮
いかと野菜の炒めもの
茎わかめときゅうりの酢のもの
みかん缶詰



- すき焼き煮
ひじきの厚焼き卵
かぼちゃの煮もの
キャベツの甘酢あえ



- かぼちゃのクリームシチュー
フロッコリー
コロッケ
レタスときゅうりのサラダ
クインシーメロン



- 豚丼
焼きなすのどぼろあんかけ
ちくわの磯辺揚げ
フロッコリーのしょうがづけ



- さごしの塩焼き
鶏肉とじゃがいもの煮もの
オクラの梅かき炒め
さくらんぼ
みそ汁



- 八宝菜
うずら卵
赤魚の中華焼き
チンゲンサイの炒めもの
りんご缶詰



- 牛肉の甘辛煮
あつあげのしょうがじょうゆかけ
ほうれん草のおひたし
ツナ葉炒め



- ポークハヤシライス
枝豆
野菜コロッケ
キャベツのピクルス
オレンジ



- 鶏肉のトマトソース煮
スペイン風オムレツ
キャベツと枝豆のソテー
きゅうりのサラダ



- 鮭のオーロラ煮
豚肉とこんにゃくの煮もの
フロッコリーのからしあえ
大豆の煮もの
すまし汁



- マーマレードチキン
ウインナーと野菜のソテー
三度豆のサラダ
カレースープ
枝豆



- 豚肉のしょうがじょうゆ炒め
一口ごぼう天
じゃがいもの煮もの
焼きかぼちゃの甘みつけ
もやしの酢のもの



- 鱈のてんぷら
あつあげとこんにゃくの煮もの
小松菜のおかか炒め
フチトマト
すまし汁



- ささみフライ
豚肉のケチャップ煮
もやしとピーマンのソテー
グリーンアスパラガスのサラダ



トンカツソースがつきます。

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。

- 15日 かぼちゃのクリームシチュー（ブロッコリー）
20日 八宝菜（うずら卵）
22日 ポークハヤシライス（枝豆）
27日 カレースープ（枝豆）