

# 平成28年8・9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。

ご飯にのせて食べることができます。

- ・酢豚
- ・シューマイ
- ・チンゲンサイとコーンの炒めもの
- ・杏仁どうふ
- ・わかめスープ



29

- ・牛丼
- ・揚げだしどうふ
- ・かぼちゃの煮もの
- ・もやしの酢のもの
- ・オレンジジュース



30

- ・さごしの塩焼き
- ・塩焼きそば
- ・だいこんの酢のもの
- ・みかん缶詰
- ・みそ汁



5

- ・鶏肉の竜田揚げ
- ・一口かんもと
- ・だいこんの煮もの
- ・卵焼き
- ・ほうれん草のおひたし



6

- ・鶏肉のカレー炒め
- ・鯵フライ
- ・かぼちゃのバター焼き
- ・りんご缶詰
- ・とうがんのスープ



12

- ・肉じゃが
- ・ちくわのてんぶら
- ・小松菜とじゃこのおひたし
- ・フチトマト



13

- ・豚肉のケチャップ炒め
- ・白身魚のムニエル
- ・じゃがいもと
- ・フロッコリーのコンソメ煮
- ・パインアップル缶詰



19  
敬老の日

- ・鶏肉のごま揚げ
- ・ちくわと
- ・じゃがいもの煮もの
- ・キャベツのしょうがじょうゆあえ
- ・りんご缶詰
- ・みそ汁



26

- ・擬製どうふ
- ・秋刀魚のおかか煮
- ・豚肉とキャベツの炒めもの
- ・小松菜とだいこんの即席づけ



27

- ・カツカレーライス
- ・一口とんかつ
- ・キャベツときゅうりのサラダ
- ・フチトマト
- ・りんごゼリー

- ・カツカレーライス
- ・一口とんかつ
- ・キャベツときゅうりのサラダ
- ・フチトマト
- ・りんごゼリー



26

ドレッシングがつきます。

- ・中華丼
- ・えび
- ・揚げギョーザ
- ・春雨サラダ
- ・あつあげのピリ辛あんかけ

- ・中華丼
- ・えび
- ・揚げギョーザ
- ・春雨サラダ
- ・あつあげのピリ辛あんかけ



2

- ・ささみフライ
- ・スペゲッティソテー
- ・野菜のごまだれかけ
- ・巨峰

- ・ささみフライ
- ・スペゲッティソテー
- ・野菜のごまだれかけ
- ・巨峰



1

- ・ハヤシライス
- ・フロッコリー
- ・白身魚フライ
- ・海そうざサラダ
- ・黄桃缶詰

- ・ハヤシライス
- ・フロッコリー
- ・白身魚フライ
- ・海そうざサラダ
- ・黄桃缶詰

7

- ・鶏肉のてり焼き
- ・きんぴらごぼう
- ・もやしときゅうりの酢のもの
- ・さつまいものから揚げ

- ・鶏肉のてり焼き
- ・きんぴらごぼう
- ・もやしときゅうりの酢のもの
- ・さつまいものから揚げ

8

- ・鮭のから揚げ
- ・野菜あんかけ
- ・筑前煮
- ・さといもの田楽
- ・巨峰

- ・鮭のから揚げ
- ・野菜あんかけ
- ・筑前煮
- ・さといもの田楽
- ・巨峰

15

- ・クリームシチュー
- ・フロッコリー
- ・ミニチツキ
- ・キャベツのドレッシングあえ
- ・オレンジ

- ・クリームシチュー
- ・フロッコリー
- ・ミニチツキ
- ・キャベツのドレッシングあえ
- ・オレンジ

16

- ・ささみフライ
- ・春雨サラダ
- ・巨峰

- ・ささみフライ
- ・春雨サラダ
- ・巨峰

9

- ・鶏肉のカレー炒め
- ・鯵フライ
- ・かぼちゃのバター焼き
- ・りんご缶詰
- ・とうがんのスープ

- ・鶏肉のカレー炒め
- ・鯵フライ
- ・かぼちゃのバター焼き
- ・りんご缶詰
- ・とうがんのスープ

12

- ・肉じゃが
- ・ちくわのてんぶら
- ・小松菜とじゃこのおひたし
- ・フチトマト

- ・肉じゃが
- ・ちくわのてんぶら
- ・小松菜とじゃこのおひたし
- ・フチトマト

13

- ・煮込みハンバーグ
- ・ツナマカロニサラダ
- ・ツナ
- ・ゆでとうもろこし
- ・キャベツのスープ

- ・煮込みハンバーグ
- ・ツナマカロニサラダ
- ・ツナ
- ・ゆでとうもろこし
- ・キャベツのスープ

14

- ・鮭ののみそづけ焼き
- ・かぼちゃのさぼろ煮
- ・ほうれん草とにんじんのおひたし
- ・こんにゃくの甘辛煮
- ・すまし汁
- ・おはぎ

- ・鮭ののみそづけ焼き
- ・かぼちゃのさぼろ煮
- ・ほうれん草とにんじんのおひたし
- ・こんにゃくの甘辛煮
- ・すまし汁
- ・おはぎ

21

- ・カツカレーライス
- ・一口とんかつ
- ・キャベツときゅうりのサラダ
- ・フチトマト
- ・りんごゼリー

- ・カツカレーライス
- ・一口とんかつ
- ・キャベツときゅうりのサラダ
- ・フチトマト
- ・りんごゼリー

28

- ・中華丼
- ・えび
- ・揚げギョーザ
- ・春雨サラダ
- ・あつあげのピリ辛あんかけ

- ・中華丼
- ・えび
- ・揚げギョーザ
- ・春雨サラダ
- ・あつあげのピリ辛あんかけ

1

- ・ささみフライ
- ・スペゲッティソテー
- ・野菜のごまだれかけ
- ・巨峰

- ・ささみフライ
- ・スペゲッティソテー
- ・野菜のごまだれかけ
- ・巨峰

1

- ・ハヤシライス
- ・フロッコリー
- ・白身魚フライ
- ・海そうざサラダ
- ・黄桃缶詰

- ・ハヤシライス
- ・フロッコリー
- ・白身魚フライ
- ・海そうざサラダ
- ・黄桃缶詰

7

- ・鶏肉のてり焼き
- ・きんぴらごぼう
- ・もやしときゅうりの酢のもの
- ・さつまいものから揚げ

- ・鶏肉のてり焼き
- ・きんぴらごぼう
- ・もやしときゅうりの酢のもの
- ・さつまいものから揚げ

8

- ・鮭のから揚げ
- ・野菜あんかけ
- ・筑前煮
- ・さといもの田楽
- ・巨峰

- ・鮭のから揚げ
- ・野菜あんかけ
- ・筑前煮
- ・さといもの田楽
- ・巨峰

15

- ・クリームシチュー
- ・フロッコリー
- ・ミニチツキ
- ・キャベツのドレッシングあえ
- ・オレンジ

- ・クリームシチュー
- ・フロッコリー
- ・ミニチツキ
- ・キャベツのドレッシングあえ
- ・オレンジ

16

- ・中華丼
- ・えび
- ・揚げギョーザ
- ・春雨サラダ
- ・あつあげのピリ辛あんかけ

- ・中華丼
- ・えび
- ・揚げギョーザ
- ・春雨サラダ
- ・あつあげのピリ辛あんかけ

2

- ・ささみフライ
- ・スペゲッティソテー
- ・野菜のごまだれかけ
- ・巨峰

- ・ささみフライ
- ・スペゲッティソテー
- ・野菜のごまだれかけ
- ・巨峰

9

- ・ハヤシライス
- ・フロッコリー
- ・白身魚フライ
- ・海そうざサラダ
- ・黄桃缶詰

- ・ハヤシライス
- ・フロッコリー
- ・白身魚フライ
- ・海そうざサラダ
- ・黄桃缶詰

9

- ・鶏肉のてり焼き
- ・きんぴらごぼう
- ・もやしときゅうりの酢のもの
- ・さつまいものから揚げ

- ・鶏肉のてり焼き
- ・きんぴらごぼう
- ・もやしときゅうりの酢のもの
- ・さつまいものから揚げ

9

- ・鮭のから揚げ
- ・野菜あんかけ
- ・筑前煮
- ・さといもの田楽
- ・巨峰

- ・鮭のから揚げ
- ・野菜あんかけ
- ・筑前煮
- ・さといもの田楽
- ・巨峰

30

- ・ミートピラフ
- ・サーモンフライ
- ・ベーコンと小松菜のソテー
- ・白花豆のグラッセ
- ・だいこんのスープ

- ・ミートピラフ
- ・サーモンフライ
- ・ベーコンと小松菜のソテー
- ・白花豆のグラッセ
- ・だいこんのスープ

30

- ・中華丼
- ・えび
- ・揚げギョーザ
- ・春雨サラダ
- ・あつあげのピリ辛あんかけ

- ・中華丼
- ・えび
- ・揚げギョーザ
- ・春雨サラダ
- ・あつあげのピリ辛あんかけ

2

- ・ささみフライ
- ・スペゲッティソテー
- ・野菜のごまだれかけ
- ・巨峰

- ・ささみフライ
- ・スペゲッティソテー
- ・野菜のごまだれかけ
- ・巨峰

9

- ・ハヤシライス
- ・フロッコリー
- ・白身魚フライ
- ・海そうざサラダ
- ・黄桃缶詰

- ・ハヤシライス
- ・フロッコリー
- ・白身魚フライ
- ・海そうざサラダ
- ・黄桃缶詰

9

- ・鶏肉のてり焼き
- ・きんぴらごぼう
- ・もやしときゅうりの酢のもの
- ・さつまいものから揚げ

- ・鶏肉のてり焼き
- ・きんぴらごぼう
- ・もやしときゅうりの酢のもの
- ・さつまいものから揚げ

9

- ・鮭のから揚げ
- ・野菜あんかけ
- ・筑前煮
- ・さといもの田楽
- ・巨峰

- ・鮭のから揚げ
- ・野菜あんかけ
- ・筑前煮
- ・さといもの田楽
- ・巨峰

30

- ・カヤウニ
- ・ソラノ
- ・ベーコン
- ・白花豆
- ・だいこん

- ・カヤウニ
- ・ソラノ
- ・ベーコン
- ・白花豆
- ・だいこん

30

- ・中華丼
- ・えび
- ・揚げギョーザ
- ・春雨サラダ
- ・あつあげのピリ辛あんかけ

- ・中華丼
- ・えび
- ・揚げギョーザ
- ・春雨サラダ
- ・あつあげのピリ辛あんかけ

2

- ・ささみフライ
- ・スペゲッティソテー
- ・野菜のごまだれかけ
- ・巨峰

- ・ささみフライ
- ・スペゲッティソテー
- ・野菜のごまだれかけ
- ・巨峰

9

- ・ハヤシライス
- ・フロッコリー
- ・白身魚フライ
- ・海そうざサラダ
- ・黄桃缶詰

- ・ハヤシライス
- ・フロッコリー
- ・白身魚フライ
- ・海そうざサラダ
- ・黄桃缶詰

9

- ・鶏肉のてり焼き
- ・きんぴらごぼう
- ・もやしときゅうりの酢のもの
- ・さつまいものから揚げ

- ・鶏肉のてり焼き
- ・きんぴらごぼう
- ・もやしときゅうりの酢のもの
- ・さつまいものから揚げ

9

- ・鮭のから揚げ
- ・野菜あんかけ
- ・筑前煮
- ・さといもの田楽
- ・巨峰

- ・鮭のから揚げ
- ・野菜あんかけ
- ・筑前煮
- ・さといもの田楽
- ・巨峰

30

- ・ミートピラフ
- ・サーモンフライ
- ・ベーコン
- ・白花豆
- ・だいこん

- ・ミートピラフ
- ・サーモンフライ
- ・ベーコン
- ・白花豆
- ・だいこん

30

- ・中華丼
- ・えび
- ・揚げギョーザ
- ・春雨サラダ
- ・あつあげのピリ辛あんかけ

- ・中華丼
- ・えび
- ・揚げギョーザ
- ・春雨サラダ
- ・あつあげのピリ辛あんかけ

2

- ・ささみフライ
- ・スペゲッティソテー
- ・野菜のごまだれかけ
- ・巨峰

- ・ささみフライ
- ・スペゲッティソテー
- ・野菜のごまだれかけ
- ・巨峰

9

- ・ハヤシライス
- ・フロッコリー
- ・白身魚フライ
- ・海そうざサラダ
- ・黄桃缶詰

- ・ハヤシライス
- ・フロッコリー
- ・白身魚フライ
- ・海そうざサラダ
- ・黄桃缶詰

9

- ・鶏肉のてり焼き
- ・きんぴらごぼう
- ・もやしときゅうりの酢のもの
- ・さつまいものから揚げ

- ・鶏肉のてり焼き
- ・きんぴらごぼう
- ・もやしときゅうりの酢のもの
- ・さつまいものから揚げ

9

- ・鮭のから揚げ
- ・野菜あんかけ
- ・筑前煮
- ・さといもの田楽
- ・巨峰

- ・鮭のから揚げ
- ・野菜あんかけ
- ・筑前煮
- ・さといもの田楽
- ・巨峰

30