2020年11月分中学校給食予定献立表

堺市教育委員会

	月	火	水	木	金
こんだて	2 ごはん・牛乳 ハヤシライス じゃがいものチーズ焼き キャロットソテー	3	4 ごはん・牛乳 ホイコーロー あんかけオムレツ 春雨の甘酢煮 オレンジポンチ	5 ごはん・牛乳 照り焼きハンバーグ チンゲン菜と豚肉の煮びたし のっぺい汁 フルーツゼリー	6 ごはん・牛乳 ビビンバ 揚げギョーザ 三色おひたし さつまいものオーブン焼き
おかずの内容	冷豚肉(もも) たまねぎ マッシュルーム缶 油 トマトケチャップ ウスターソース こしょう ガーリック にんじん ボーンストック ハヤシルウ トマトピューレ 塩 まぐろ(油漬) たまねぎ とろけるチーズ こしょう じゃがいも パセリ 塩 冷フランクフルト ホールコーン缶 油 塩 にんじん 三度豆 淡口しょうゆ こしょう		冷豚肉(もも) キャベツ にんにく テンメンジャン 砂糖 豆板醤 たけのこ水煮 にんじん 油 料理酒 しょうゆ 片栗粉 冷オムレツ ごま油 塩 みりん 片栗粉 中華ブイヨン 土しょうが こしょう 淡口しょうゆ きゅうり 緑豆春雨 油 砂糖 にんじん 中華ブイヨン 淡口しょうゆ 酢 黄桃缶 オレンジジュース アガー パイン 砂糖	冷チキンハンバーグ しいたけ しょうゆ 料理酒 白ねぎ 砂糖 みりん 片栗粉 冷豚肉(もも) はくさい 砂糖 みりん だし昆布 ちんげん菜 にんじん 淡口しょうゆ 油 削りぶし 冷鶏肉 にんじん さといも 青ねぎ 淡口しょうゆ 塩 削りぶし 冷うすあげ 大根 しめじ 片栗粉 みりん だし昆布 フルーツゼリー(ピーチ)	冷豚肉(ロース) しょうゆ ほうれん草 緑豆もやし にんにく 中華ブイヨン いりすり白ごま 砂糖 料理酒 にんじん ホールコーン缶 土しょうが 油 ごま油 冷ギョーザ 揚げ油 キャベツ にんじん 砂糖 小松菜 淡口しょうゆ 削りぶし さつまいも 砂糖 油
こんだて	9 ごはん・牛乳 つけカレーうどん 豆腐ハンバーグの甘酢あんかけ	10 ごはん・牛乳 ボサンスキ・ロナッツ ベイクドパンプキン ベジタブルスープ	11 ごはん・牛乳 すき焼き さわらのみそ焼き ひじきの煮物 じゃがいものブイヨン煮	12 黒糖パン・牛乳 カトッフェル ズッペ かれいフライ チンゲン菜のソテー	13 ごはん・牛乳 鶏肉の塩こうじ焼き きんぴらごぼう 大学いも だいこんのうま煮
おかずの内容	冷うどん 青ねぎ にんじん 焼かまぼこ カレールウ ウスターソース 削りぶし 冷豚肉(もも) しめじ たまねぎ 冷うすあげ しょうゆ 片栗粉 油 冷豆腐ハンバーグ にんじん ごま油 酢 片栗粉 たまねぎ ピーマン しょうゆ 砂糖	冷牛肉 にんじん 皮むきトマト缶 ボーンストック 塩 じゃがいも たまねぎ 油 トマトケチャップ こしょう かぼちゃ バター こしょう 油 塩 冷鶏肉 セロリ にんじん 油 淡口しょうゆ こしょう キャベツ しめじ 三度豆 中華ブイヨン 塩	冷豚肉(もも) 糸こんにゃく たまねぎ 白ねぎ 油 砂糖 冷豆腐 はくさい にんじん ふ しょうゆ 料理酒 冷さわら(甘塩) 赤みそ 料理酒 白みそ みりん 砂糖 乾ひじき 冷うすあげ 油 みりん 料理酒 削りぶし ささがきごぼう にんじん 干しいたけ 砂糖 しょうゆ じゃがいも バセリ 塩 たまねぎ 洋風ブイヨン	冷ウインナー 冷じゃがいも裏ごし たまねぎ セロリ バター 塩 冷ベーコン じゃがいも にんじん パセリ 洋風ブイヨン こしょう 冷かれいフライ トマトピューレ ウスターソース 砂糖 揚げ油 たまねぎ トマトケチャップ 冷豚肉(もも) キャベツ 油 塩 にんじん ちんげん菜 淡口しょうゆ こしょう	冷鶏肉(もも) 塩こうじ にんにく 油 白ねぎ 土しょうが しょうゆ 冷豚肉(もも) つきこんにゃく いりすり白ごま 砂糖 一味唐辛子 ごま油 ささがきごぼう にんじん 油 しょうゆ みりん さつまいも 砂糖 しょうゆ 揚げ油 みりん 冷ボンレスハム しょうゆ 砂糖 大根 みりん
こんだて	16 ごはん・牛乳 ポークカレーライス チキンカツ キャベツのソテー	17 ごはん・牛乳 じゃがいものそぼろ煮 さばのしょうが煮 湯葉のすまし汁	18 ごはん・牛乳 チキン南蛮 千切りイリチー れんこんの塩きんぴら 白菜と小松菜のおひたし	19 コッペパン・牛乳 きのこシチュー ますフライ カレーソテー	20 ごはん・牛乳 鶏肉とキャベツのガーリック炒め フライドポテト 大根サラダ もやしのマスタードあえ
おかずの内容	冷豚肉(もも) たまねぎ にんじん 油 トマトケチャップ カレールウ 塩 にんにく じゃがいも ボーンストック りんごピューレ ウスターソース カレー粉 こしょう 冷チキンカツ 揚げ油 冷フランクフルト にんじん 淡口しょうゆ こしょう キャベツ 油 塩	冷豚肉(挽肉) たまねぎ 一口魚菜天 油 しょうゆ だし昆布 にんじん じゃがいも 冷むき枝豆 砂糖 片栗粉 削りぶし 冷さば 砂糖 しょうゆ 土しょうが みりん 料理酒 小松菜 にんじん 湯葉 塩 だし昆布 えのき茸 冷豆腐 淡口しょうゆ みりん 削りぶし	冷鶏から揚げ レモン汁 しょうゆ 砂糖 酢 タルタルソース(小袋) 冷豚肉(もも) 土しょうが つきこんにゃく 油 砂糖 塩 にんじん 焼かまぼこ 切干大根 しょうゆ みりん 削りぶし 冷ボンレスハム にんじん 油 一味唐辛子 削りぶし れんこん 三度豆 こしょう 塩 はくさい えのき茸 みりん 小松菜 淡口しょうゆ	冷鶏肉 エリンギ にんじん じゃがいも ホワイトルウ 牛乳 塩 しいたけ しめじ たまねぎ 油 ボーンストック 粉末チーズ こしょう 冷ますフライ ウスターソース(小袋) 揚げ油 冷豚肉(もも) にんじん 淡口しょうゆ こしょう キャベツ 油 塩 カレー粉	冷鶏肉 キャベツ にんにく 淡口しょうゆ 塩 一味唐辛子 白ねぎ にんじん オリーブ油 料理酒 こしょう 冷フライドポテト 塩 揚げ油 まぐろ(油漬) にんじん 大根 ドレッシング(小袋)しょうゆ 冷焼豚 にら 油 みりん 粒入りマスタード 緑豆もやし 緑豆春雨 砂糖 淡口しょうゆ
こんだて	23	24 ごはん・牛乳 鶏肉のトマト煮込み きのこペンネ 卵スープ	25 ごはん・牛乳 豚肉のピリ辛みそ焼き じゃがバターうま煮 だいこんのカレー煮 もやしの甘酢炒め	26 ごはん・牛乳 鶏肉のマヨネーズ焼き 高野豆腐のふくめ煮 キャベツのみそ汁	27 ごはん・牛乳 筑前煮 卵焼き 大豆とじゃこのごまがらめ 白菜のゆずぴたし
おかずの内容		冷鶏肉(もも) 大豆水煮 皮むきトマト缶 トマトケチャップ 塩 バジル たまねぎ エリンギ 砂糖 ウスターソース こしょう 油 マカロニ たまねぎ しめじ 中華ブイヨン ガーリック 料理酒 こしょう 冷ベーコン えのき茸 小松菜 油 しょうゆ 塩 冷液卵 青ねぎ はくさい 油 塩 片栗粉 冷豆腐 にんじん 中華ブイヨン 淡口しょうゆ こしょう	冷豚肉(ロース) たけのこ水煮 にんにく コチジャン 砂糖 しょうゆ 白ねぎ いり白ごま こしょう たまねぎ にんじん 土しょうが 赤みそ みりん 料理酒 ごま油 塩 じゃがいも しょうゆ みりん 削りぶし バター 砂糖 料理酒 冷ボンレスハム 油 みりん カレー粉 大根 しょうゆ 砂糖 削りぶし 緑豆もやし きゅうり 油 淡口しょうゆ 酢 キャベツ にんじん 砂糖 しょうゆ	冷鶏肉(もも) エリンギ こしょう しょうゆ たまねぎ 塩 マヨネーズ風ドレッシング 冷豚肉(もも) にんじん 冷むき枝豆 みりん 削りぶし 高野豆腐 焼かまぼこ 砂糖 淡口しょうゆ キャベツ たまねぎ 青ねぎ 白みそ にんじん 冷うすあげ 赤みそ 削りぶし	冷鶏肉 たけのこ水煮 焼ちくわ 砂糖 みりん 削りぶし こんにゃく 洗いごぼう にんじん 油 しょうゆ 料理酒 冷たまごやき 大豆水煮 小麦粉 揚げ油 しょうゆ いり白ごま かえりちりめん 砂糖 みりん 片栗粉 はくさい 淡口しょうゆ ゆず果汁 にんじん みりん 削りぶし
こんだて	30 ごはん・牛乳 おでん わかさぎのフリッター 小松菜のみそ汁				
おかずの内容	冷鶏肉 うずら卵缶 大根 三角切こんにゃく みりん 削りぶし 冷厚揚げ 焼ちくわ じゃがいも 砂糖 しょうゆ 冷わかさぎフリッター 塩 揚げ油 たまねぎ 小松菜 赤みそ 削りぶし にんじん えのき茸 白みそ				