2020年2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	3 ごはん・牛乳 いわし天ぷら～ぽん酢添え～ 厚揚げと小松菜のスタミナ炒め 肉団子のみぞれ汁	4 ごはん・牛乳 豚肉のしょうが焼き きんぴらごぼう キャベツのみそ汁 フルーツゼリー	5 ごはん・牛乳 サーモンフライ 高野豆腐のふくめ煮 ツナキャベツ炒め さつまいものレモン焼き	6 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 トック	7 ごはん・牛乳 塩焼きとり こまつなのかきあげ ツナコーンソテー 春雨の炒め煮
おかずの内容	冷いわしフィレ天ぷら　揚げ油 ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ（小袋）ぽん酢 冷豚肉(もも)　冷厚揚げ 小松菜　にんじん 土しょうが　油 料理酒　砂糖 しょうゆ　豆板醤 赤みそ　いり白ごま 削りぶし 冷チキンボール　しめじ えのき茸　青ねぎ 土しょうが　かぶ 冷大根おろし　にんじん 淡口しょうゆ　削りぶし	冷豚肉(もも)　塩 こしょう　ピーマン たまねぎ　にんにく 土しょうが　しょうゆ 料理酒　砂糖 みりん 焼ちくわ　ささがきごぼう つきこんにゃく　にんじん 油　いりすり白ごま 砂糖　しょうゆ 一味唐辛子　みりん ごま油 冷豆腐　冷うすあげ キャベツ　たまねぎ 青ねぎ　赤みそ 白みそ　削りぶし フルーツゼリー（アップル）	冷サーモンフライ　揚げ油 ウスターソース（小袋） 冷鶏肉　高野豆腐 にんじん　焼かまぼこ 冷むき枝豆　砂糖 みりん　淡口しょうゆ 削りぶし まぐろ（油漬）　キャベツ にんじん　油 しょうゆ　塩 こしょう さつまいも　レモン汁 油　砂糖	冷チキンハンバーグ　白ねぎ 砂糖　しょうゆ みりん　料理酒 片栗粉　水 冷豚肉(もも)　ちんげん菜 はくさい　にんじん 砂糖　淡口しょうゆ みりん　油 削りぶし 冷ベーコン　冷液卵 たまねぎ　にんじん 青ねぎ　干しいたけ トック　中華ブイヨン 油　淡口しょうゆ 塩　こしょう 片栗粉	冷鶏肉（もも）　白ねぎ 塩　こしょう 淡口しょうゆ　料理酒 大豆水煮　たまねぎ にんじん　小松菜 冷ちりめんじゃこ　乾おから 小麦粉　塩 揚げ油 まぐろ（油漬）　ホールコーン缶 にんじん　塩 こしょう 冷焼豚　たまねぎ にら　土しょうが 干しいたけ　緑豆春雨 中華ブイヨン　油 オイスターソース　淡口しょうゆ こしょう　ごま油
こんだて	10 黒糖パン・牛乳 白菜のクリーム煮 コロッケ ミートペンネ	11 建国記念日	12 ごはん・牛乳 じゃがいものいそ煮 さばの塩こうじ焼き ブロッコリーのブイヨン煮 もやしのからしあえ	13 ごはん・牛乳 八宝菜 春巻 中華スープ	14 ごはん・牛乳 ガイヤーン 炒めビーフン だいこんのカレー煮 フルーツコンポート
おかずの内容	冷鶏肉　はくさい ちんげん菜　にんじん たまねぎ　油 ホワイトルウ　中華ブイヨン 牛乳　粉末チーズ 塩　こしょう 冷コロッケ　揚げ油 冷豚肉（挽肉）　にんじん たまねぎ　マカロニ 油　トマトケチャップ トマトピューレ　ウスターソース 中華ブイヨン　カレー粉 塩　こしょう		冷豚肉(もも)　にんじん じゃがいも　焼ちくわ 乾ひじき　砂糖 しょうゆ　みりん 油　削りぶし 冷さば（塩）　塩こうじ 料理酒　油 ブロッコリー　洋風ブイヨン 塩 緑豆もやし　にら にんじん　緑豆春雨 油　砂糖 みりん　淡口しょうゆ 粒入りマスタード	冷豚肉(もも)　うずら卵缶 たけのこ水煮　ちんげん菜 たまねぎ　はくさい にんじん　土しょうが にんにく　中華ブイヨン 油　しょうゆ 塩　こしょう 片栗粉 冷春巻　揚げ油 冷鶏肉　冷豆腐 たまねぎ　にんじん にら　干しいたけ 中華ブイヨン　油 淡口しょうゆ　塩 こしょう	冷鶏肉（もも）　にんにく コリアンダー　しょうゆ 砂糖　こしょう 冷豚肉(もも)　ビーフン キャベツ　たまねぎ にんじん　にら 中華ブイヨン　油 淡口しょうゆ　塩 こしょう　料理酒 大根　にんじん 油　しょうゆ みりん　砂糖 カレー粉 黄桃缶　パイン缶 砂糖　アガー
こんだて	17 ごはん・牛乳 冬野菜カレーライス チキンカツ キャベツのソテー	18 ごはん・牛乳 じゃがいものグラタン 肉団子のきのこソース チンゲン菜スープ	19 ごはん・牛乳 さわらのポテトチップス焼き ソーススパゲティ ひじきとれんこんの煮物 おかかこんにゃく	20 ごはん・牛乳 豚ロースのピリ辛炒め 卵焼き 五目汁	21 ごはん・牛乳 鶏のから揚げ野菜あん じゃがいものカレー煮 小松菜サラダ 卯の花
おかずの内容	冷豚肉(もも)　たまねぎ にんじん　かぶ れんこん　カリフラワー にんにく　ボーンストック 油　りんごピューレ トマトケチャップ　カレールウ 塩　こしょう カレー粉　ウスターソース 冷チキンカツ　揚げ油 冷フランクフルト　キャベツ にんじん　油 淡口しょうゆ　塩 こしょう	冷ベーコン　じゃがいも 冷ソテードオニオン　牛乳 とろけるチーズ　ホワイトソース 塩　こしょう 冷チキンボール　揚げ油 しめじ　えのき茸 ウスターソース　トマトケチャップ しょうゆ　砂糖 片栗粉　赤ワイン 冷鶏肉　ちんげん菜 冷豆腐　たまねぎ にんじん　土しょうが 油　中華ブイヨン 淡口しょうゆ　塩 こしょう	冷さわら（甘塩）　ポテトチップス ﾏﾖﾈｰｽﾞ風ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ　しょうゆ こしょう 冷スパゲティ　冷豚肉(もも) キャベツ　にんじん たまねぎ　中華ブイヨン 油　とんかつソース ウスターソース　しょうゆ 塩　こしょう ガーリック 乾ひじき　れんこん 冷うすあげ　にんじん 砂糖　油 しょうゆ　みりん 削りぶし　料理酒 ねじりこんにゃく　油 粉かつお　砂糖 みりん　しょうゆ	冷豚肉(ロース)　たまねぎ にんじん　油 ガーリック　しょうゆ 砂糖　みりん 料理酒　りんごピューレ コチジャン　ごま油 冷たまごやき 冷豆腐　にんじん 冷うすあげ　つきこんにゃく ささがきごぼう　赤みそ 青ねぎ　削りぶし 白みそ	冷鶏から揚げ　揚げ油 ピーマン　にんじん たまねぎ　しょうゆ 酢　砂糖 片栗粉 じゃがいも　パセリ バター　洋風ブイヨン 塩　カレー粉 冷ボンレスハム　小松菜 キャベツ　ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ（小袋）ｻｳｻﾞﾝｱｲﾗﾝﾄﾞ 冷おから　焼ちくわ つきこんにゃく　にんじん 青ねぎ　砂糖 油　みりん 淡口しょうゆ　削りぶし
こんだて	24 振替休日	25 ごはん・牛乳 鶏肉のマヨネーズ焼き 切干大根のソース炒め 小松菜のみそ汁 ふりかけ	26 ごはん・牛乳 タッカルビ チャプチェ キムチたくあん じゃがいも洋風きんぴら	27 ごはん・牛乳 みそおでん あじのみりん干し すまし汁	28 ごはん・牛乳 豚肉の甘辛煮 じゃがいもの天ぷらチーズ風味 キャベツとわかめの煮物 にんじんしりしり
おかずの内容		冷鶏肉（もも）　たまねぎ にんじん　塩 こしょう　ﾏﾖﾈｰｽﾞ風ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ しょうゆ 冷豚肉(もも)　切干大根 にんじん　キャベツ ピーマン　油 塩　こしょう ウスターソース　トマトケチャップ 冷うすあげ　たまねぎ じゃがいも　小松菜 えのき茸　赤みそ 白みそ　削りぶし ふりかけ（かつお）	冷鶏肉（もも）　にら キャベツ　土しょうが にんにく　たまねぎ 油　片栗粉 トマトケチャップ　砂糖 しょうゆ　料理酒 コチジャン 冷豚肉(もも)　たけのこ水煮 ちんげん菜　土しょうが にんじん　干しいたけ 緑豆春雨　油 中華ブイヨン　砂糖 しょうゆ　料理酒 いりすり白ごま 冷白菜キムチ　はくさい つぼ漬　淡口しょうゆ 冷ボンレスハム　ピーマン にんじん　じゃがいも 油　砂糖 しょうゆ	冷鶏肉　冷さといも 三角切こんにゃく　冷厚揚げ 焼ちくわ　うずら卵缶 大根　砂糖 みりん　赤みそ 白みそ　淡口しょうゆ 削りぶし　だし昆布 冷あじみりん干し 小松菜　はくさい えのき茸　にんじん 焼かまぼこ　ふ 淡口しょうゆ　塩 だし昆布　みりん 削りぶし	冷豚肉(もも)　糸こんにゃく ささがきごぼう　土しょうが 白ねぎ　たまねぎ にんじん　しょうゆ 油　みりん 砂糖　削りぶし じゃがいも　小麦粉 粉末チーズ　塩 揚げ油 キャベツ　冷うすあげ 乾わかめ　砂糖 淡口しょうゆ　みりん 粉かつお まぐろ（油漬）　にんじん 油　淡口しょうゆ 塩　こしょう