

2021年10月分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										1	ごはん・牛乳 厚揚げとキャベツのみそ炒め カレイの野菜あんかけ おかかこんにやく キャロットサラダ				
	おかずの内容(8)											冷豚肉(もも) キヤベツ 土しよが たまねぎ 干しいたけ 中華パイオン こしよ しょうゆ 料理酒 片栗粉 冷かれいから揚げ ビーマン しょうゆ 片栗粉 ねぎりこんにやく みりん まぐろ(油漬) ささがきごぼう 白ごま たけのこ水煮 にんにく にんじん 冷厚揚げ 塩 赤みそ 砂糖 豆板醤 揚げ油 たまねぎ 酢 砂糖 粉かつお 砂糖 しょうゆ ホールコーン缶 にんじん しょうゆ マヨネーズ風ドレッシング あたりごま			
4		コッパン・牛乳 じゃがいものグラタン きのこペンネ ハリラスープ		5	ごはん・牛乳 豚肉のマスタード焼き ちんげん菜のソテー さつま汁	6	ごはん・牛乳 八宝菜 焼きギョーザ 春雨の甘酢煮 ツナコーン	7	ごはん・牛乳 いわし天ぷら～ぼん酢添え～ 豚肉のごま風味 すまし汁	8	ごはん・牛乳 ハンバーグのきのこソース きんぴらごぼう 豆かきりんとう 白菜のゆずびたし				
		冷ウインナー 冷ソテードオニオン ところけるチーズ こしよ 冷ベーコン へのき茸 にんじん マカロニ 中華パイオン しょうゆ 塩 冷鶏肉 皮むきトマト缶 土しよが たまねぎ 洋風パイオン こしよ	じゃがいも 牛乳 ホワイトソース 小松菜 しめじ たまねぎ 油 ガーリック 料理酒 こしよ ひよこ豆水煮 セロリ にんじん 油 塩 クミン	冷豚肉(ロース) 塩 エリンギ たまねぎ 粒入りマスタード 砂糖 マヨネーズ風ドレッシング カレー粉 冷ベーコン ちんげん菜 淡口しょうゆ こしよ 冷鶏肉 ささがきごぼう 青ねぎ にんじん 冷うすあげ 白みそ	冷豚肉(もも) 八宝菜 ちんげん菜 土しよが たまねぎ 中華パイオン しょうゆ 片栗粉 冷ギョーザ 冷うすあげ 中華パイオン 淡口しょうゆ 酢 まぐろ(油漬) にんじん こしよ	うす子卵 卵 塩 キヤベツ にんにく しょうゆ 干しいたけ 中華パイオン しょうゆ 片栗粉 きゆり 大根 緑豆春雨 砂糖 きゆり 大根 緑豆春雨 砂糖 きゆり 大根 緑豆春雨 砂糖	冷いわしフィレ天ぷら ドレッシング(小袋) ぼん酢 冷豚肉(もも) にんにく にんじん 干しいたけ 中華パイオン しょうゆ 片栗粉 砂糖 冷白菜 にんじん 揚げ油 えのき茸 たまねぎ 塩 削りぶし	冷チキンハンバーグ エリンギ たまねぎ トマトケチャップ 砂糖 ウスターソース 冷豚肉(もも) ささがきごぼう 油 いり白ごま 砂糖 一味唐辛子 大豆水煮 かえりちりめん 片栗粉 砂糖 しょうゆ ほくさい 淡口しょうゆ ゆず果汁	皮むきトマト缶 しめじ 油 ブラウンルー 赤ワイン つきこんにやく にんじん しょうゆ みりん ごま油 さつまいも 小麦粉 揚げ油 みりん						
こんだて		11	ごはん・牛乳 肉じゃが さばの塩焼き キャベツのみそ汁 ふりかけ	12	ごはん・牛乳 ブルコギ 長崎天ぷら サムゲタン	13	ごはん・牛乳 さそおでん 鮭の塩こうじ焼き 三色おひたし もやしのからしあえ	14	ごはん・牛乳 カレー豆腐 揚げシューマイ ちんげん菜スープ フルーツゼリー	15	ごはん・牛乳 塩焼きとり 小松菜とひき肉の甘辛炒め煮 キムチたくあん さつまいもの天ぷら				
おかずの内容(8)											冷豚肉(もも) にんじん じゃがいも 砂糖 みりん 冷さば 青ねぎ キヤベツ 冷豆腐 白みそ ふりかけ(おかか)	冷豚肉(ロース) にんにく たまねぎ 油 しょうゆ 削りぶし 料理酒 じゃがいも たまねぎ 油 しょうゆ 削りぶし 小麦粉 砂糖 しょうゆ 揚げ油 白ねぎ たまねぎ 白湯スープ 塩 冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ しょうゆ 片栗粉	冷鶏肉(もも) 三角切こんにやく 大根 焼くわ 砂糖 赤みそ 淡口しょうゆ だし昆布 冷豚肉(もも) 白ねぎ たまねぎ 中華パイオン しょうゆ 片栗粉 冷焼豚 緑豆もやし 油 みりん 粒入りマスタード	冷豚肉(豚肉) 白ねぎ たまねぎ 油 冷豆腐 中華パイオン 砂糖 料理酒 こしよ 冷シューマイ 揚げ油 冷鶏肉(もも) 冷大根おろし しょうゆ 片栗粉 冷さくら(粉付) 冷大根おろし しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉	冷豚肉(もも) 塩 淡口しょうゆ 冷豚肉(豚肉) にんにく しょうゆ 片栗粉 冷さば 料理酒 冷白菜 キムチ 淡口しょうゆ 冷鶏肉(もも) コリアンダー 砂糖 冷豚肉(もも) 小松菜 緑豆春雨 中華パイオン オイスターソース 料理酒 しょうゆ 塩 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉
	18	ごはん・牛乳 チキンカレーライス ミンチカツ キャベツのソテー	19	ごはん・牛乳 酢鶏 ちんげん菜とベーコンの炒め煮 ワンタン	20	ごはん・牛乳 豆腐ポールのチリソース 卵焼き だいこんのうま煮 小松菜のジャコ炒め	21	ごはん・牛乳 さんまのみぞれかけ かぼちゃのうま煮 塩ちゃんこ汁	22	ごはん・牛乳 ガイヤーン タンタン春雨 もやしの中華炒め ひじき入りポテトサラダ					
おかずの内容(8)											冷鶏肉(もも) にんにく じゃがいも 油 しょうゆ 削りぶし 冷ミンチカツ 揚げ油 冷ウインナー にんじん 油 塩 冷鶏肉(もも) にんにく しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉	冷鶏肉(もも) 塩 エリンギ たまねぎ 粒入りマスタード 砂糖 マヨネーズ風ドレッシング カレー粉 冷ベーコン ちんげん菜 淡口しょうゆ こしよ 冷鶏肉 ささがきごぼう 青ねぎ にんじん 冷うすあげ 白みそ 冷豚肉(もも) 八宝菜 ちんげん菜 土しよが たまねぎ 中華パイオン しょうゆ 片栗粉 冷ギョーザ 冷うすあげ 中華パイオン 淡口しょうゆ 酢 まぐろ(油漬) にんじん こしよ	冷チキンポール 揚げ油 皮むきトマト缶 白ねぎ ガーリック 豆板醤 砂糖 片栗粉 冷たまごやき 冷ポテトライス ハム 大根 かりん粉 削りぶし 冷豚肉(もも) にんにく しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉	冷さんま(粉付) 揚げ油 冷大根おろし しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉	冷鶏肉(もも) にんにく しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉
	25	黒糖パン・牛乳 白身魚フライ(ソース添え) ミートピーンズ マカロニスープ	26	ごはん・牛乳 鶏肉の照り焼き 高野豆腐の卵とじ じゃがいものみそ汁	27	ごはん・牛乳 キーマカレー チキンナゲット 和風サラダ フルーツコンポート	28	ごはん・牛乳 豚ロースのピリ辛炒め ちくわの磯辺揚げ わかめスープ	29	ごはん・牛乳 とりすき あじの香草焼き キャベツのごま酢かけ じゃがいものパイオン煮					
おかずの内容(8)											冷白身魚フライ ウスターソース(小袋) 揚げ油 冷豚肉(豚肉) たまねぎ 油 しょうゆ 削りぶし 冷ウインナー パセリ たまねぎ 油 しょうゆ 削りぶし 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉	冷鶏肉(もも) 白ねぎ たまねぎ しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉	冷豚肉(豚肉) ひきわり大豆水煮 たまねぎ ガーリック 砂糖 ウスターソース ガーリック こしよ 冷チキンナゲット 揚げ油 冷ポテトライス ハム 大根 かりん粉 削りぶし 冷豚肉(もも) にんにく しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉	冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉	冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷鶏肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) 冷白菜 しょうゆ 片栗粉