

2019年4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		9	ごはん・牛乳 豚肉と野菜のしょうが煮 揚げししゃも キャベツのみそ汁 ふりかけ	10	ごはん・牛乳 すき焼き 卵焼き 小松菜とエリンギのソテー 梅ひじき	11	ごはん・牛乳 チキンカレーライス コロッケ キャベツのソテー	12	ごはん・牛乳 ホイコーロー 小籠包 切り干し大根の煮浸し じゃがいものブイヨン煮		
お か ず の 内 容		冷豚肉(もも) にんにく 土しょうが 油 しょうゆ	たまねぎ じゃがいも 一口魚菜天 砂糖 削りぶし	冷豚肉(もも) 糸こんにゃく たまねぎ 白ねぎ ふ しょうゆ 料理酒	冷豆腐 はくさい にんにく 春菊 油 砂糖	冷鶏肉(8g) じゃがいも にんにく ポーンストック ウスターソース カレールー 塩	たまねぎ にんにく りんごピューレ トマトケチャップ 油 カレー粉 こしょう	冷豚肉(もも) キャベツ にんにく 料理酒 砂糖 豆板醤	たけのこ水煮 にんにく テンメンジャン 油 しょうゆ 片栗粉		
		冷ししゃも(粉付) 揚げ油		冷だし巻き卵		冷コロッケ(ポーク) 揚げ油		冷小籠包			
		冷豆腐 たまねぎ 小松菜 赤みそ 削りぶし	キャベツ 冷うすあげ 乾わかめ 白みそ	まぐろ(油漬) エリンギ 塩 油	小松菜 淡口しょうゆ こしょう	冷ボンレスハム にんにく 淡口しょうゆ 塩	キャベツ ホールコーン缶 油 こしょう	切干大根 冷うすあげ しょうゆ みりん	はくさい 油 砂糖 削りぶし		
		ふりかけ(のり)		乾ひじき ねり梅 みりん 砂糖	粉かつお 料理酒 しょうゆ				じゃがいも パセリ 塩	たまねぎ 洋風ブイヨン	
こ ん だ て	15	ごはん・牛乳 タンドリーチキンポテト ミートピーンズ にんじんのポターージュ	16	ごはん・牛乳 筑前煮 カレイの野菜あんかけ かきたま汁	17	ごはん・牛乳 八宝菜 焼ギョーザ ひじき入りポテトサラダ もやし中華炒め	18	黒糖パン・牛乳 じゃがいものグラタン 鶏肉のケチャップ煮 コンソメジュリアンスープ	19	ごはん・牛乳 赤魚のみぞれかけ タンタン春雨 ツナサラダ さつまいもの甘煮	
お か ず の 内 容	冷鶏肉(もも15g) クリーム(植物性) トマトケチャップ しょうゆ こしょう	じゃがいも カレー粉 ウスターソース 塩	冷鶏肉(8g) たけのこ水煮 洗いごぼう しょうゆ 油 だし昆布	焼ちくわ にんにく 三角切こんにゃく 砂糖 みりん 削りぶし	冷豚肉(もも) たけのこ水煮 たまねぎ にんにく にんにく 中華ブイヨン しょうゆ こしょう	うずら卵缶 ちんげん菜 キャベツ 土しょうが 干しいたけ 油 塩 片栗粉	冷ベーコン 冷ソテードオニオン とろけるチーズ こしょう	じゃがいも 牛乳 ホワイトソース	冷赤魚(粉付) 青ねぎ 砂糖 しょうゆ 片栗粉	揚げ油 冷大根おろし みりん 淡口しょうゆ	
	冷豚肉(挽肉) たまねぎ ピーマン トマトケチャップ 砂糖 こしょう	大豆水煮 にんにく 油 ウスターソース 塩	冷かれいから揚げ たまねぎ 酢 砂糖	揚げ油 ピーマン しょうゆ 片栗粉	冷ギョーザ	じゃがいも ホールコーン缶 塩 マヨネーズ風ドレッシング	乾ひじき 洋風ブイヨン しょうゆ	冷鶏肉(もも10g) たまねぎ トマトケチャップ 砂糖	マッシュルーム缶 油 ウスターソース 中華ブイヨン	冷豚肉(もも) 白ねぎ 緑豆春雨 しょうゆ 塩 砂糖 油 あたりごま	小松菜 にんにく オイスターソース 料理酒 こしょう 中華ブイヨン ごま油 コチジャン
	冷ベーコン にんにく 冷とうもろこし裏ごし ホワイトルー 牛乳 こしょう	たまねぎ パセリ 冷にんにく裏ごし 中華ブイヨン 塩	青ねぎ たまねぎ 焼かまぼこ 冷豆腐 塩 だし昆布	にんにく えのき茸 冷液卵 淡口しょうゆ 削りぶし 片栗粉	緑豆もやし にんにく 冷焼豚 みりん 淡口しょうゆ	にんにく 冷焼豚 砂糖 ごま油 いりすり白ごま	冷豚肉(もも) にんにく 油 塩	キャベツ たまねぎ 洋風ブイヨン こしょう	まぐろ(油漬) たまねぎ ドレッシング(小袋)	キャベツ にんにく	さつまいも 砂糖 塩
こ ん だ て	22	ごはん・牛乳 肉じゃが 鮭ののりマヨ焼き きゅうりのおかか煮 キャベツのペペロンチーノ	23	ごはん・牛乳 肉団子のケチャップあんかけ きのこスパゲティ 卵スープ	24	ごはん・牛乳 照り焼きハンバーグ 高野豆腐の含め煮 テンゲン菜のソテー 金時豆の甘煮	25	ごはん・牛乳 タッカルビ きびなごフライ わかめスープ	26	ごはん・牛乳 鶏肉の一味焼き ちくわの天ぷら じゃがいも洋風きんぴら ひじきの煮物	
お か ず の 内 容	冷豚肉(もも) たまねぎ 糸こんにゃく 砂糖 みりん	じゃがいも にんにく 油 しょうゆ 削りぶし	冷チキンホール にんにく トマトケチャップ しょうゆ 油	たまねぎ ピーマン 砂糖 酢 片栗粉	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	冷鶏肉(もも15g) キャベツ にんにく たまねぎ ごま油 トマトケチャップ しょうゆ コチジャン	にら 土しょうが にんにく 油 片栗粉 砂糖 料理酒	冷鶏肉(もも15g) にんにく 砂糖 しょうゆ	たまねぎ しめじ 一味唐辛子 ごま油 いりすり白ごま	
	冷鮭(甘塩) マヨネーズ風ドレッシング	青のり 淡口しょうゆ	冷スパゲティ 冷ベーコン えのき茸	冷豚肉(もも) 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	冷鶏肉(5g) にんにく 砂糖 淡口しょうゆ	高野豆腐 焼かまぼこ みりん 削りぶし	冷きびなごフライ	揚げ油	焼ちくわ 塩	小麦粉 揚げ油	
	きゅうり 砂糖 ごま油	糸かつお しょうゆ	小松菜 油 しょうゆ 塩		冷ボンレスハム ちんげん菜 塩 油	ホールコーン缶 淡口しょうゆ こしょう	乾わかめ 干しいたけ 冷豆腐 油 淡口しょうゆ こしょう	たまねぎ にんにく 青ねぎ 中華ブイヨン 塩	冷ボンレスハム にんにく 砂糖 油	ピーマン じゃがいも しょうゆ	
	キャベツ 冷ちりめんじゃこ オリーブ油 塩 一味唐辛子	にんにく にんにく 料理酒 こしょう	冷鶏肉(5g) にんにく 冷液卵 油 淡口しょうゆ こしょう	ちんげん菜 白ねぎ 冷豆腐 中華ブイヨン 塩 片栗粉	金時豆(水煮) 塩	砂糖			乾ひじき ささがきごぼう 干しいたけ 砂糖 しょうゆ 削りぶし	つきこんにゃく 冷うすあげ 油 みりん 料理酒	