

2020年3月分中学校給食予定献立表

堺市教育委員会

こんだて	2	3	4	5	6	7	8
おかずの内容	冷鶏肉 たまねぎ エリンギ 牛乳 中華ブイオン ホワイトルウ 砂糖 こしょう	冷鶏肉 たけのこ水煮 焼くわ 砂糖 みりん 削りぶし だし昆布	冷豚肉(挽肉) 土しょうが ひきわり大豆水煮 中華ブイオン トマトケチャップ ウスターソース 塩 カレー粉	冷鶏肉(もも) 塩こうじ にんにく 油 冷豚肉(挽肉) 土しょうが 油 みりん しょうゆ 塩	ごはん・牛乳 鶏の塩こうじ焼き キャベツとひき肉のコチュジャン炒め 石狩汁	冷豚肉(もも) 土しょうが たまねぎ にんにく ガーリック あたりごま みりん 料理酒 塩	ごはん・牛乳 スタミナソテー わかさぎのフリッター 白菜のゆずびたし ピリ辛こんにゃく
	冷チキンナゲット 揚げ油	冷さわか(甘塩) 赤みそ 料理酒	冷チーズフライ 揚げ油	冷豚肉(挽肉) 土しょうが 油 みりん しょうゆ 塩	冷チキンナゲット 揚げ油	冷わかさぎフリッター 揚げ油 塩	冷チキンナゲット 揚げ油
	冷豚肉(もも) たまねぎ 油 塩	キャベツ にんにく 洋風ブイオン こしょう	冷豚肉(もも) 土しょうが たまねぎ にんにく ガーリック あたりごま みりん 料理酒 塩	冷豚肉(もも) 土しょうが たまねぎ にんにく ガーリック あたりごま みりん 料理酒 塩	冷豚肉(もも) 土しょうが たまねぎ にんにく ガーリック あたりごま みりん 料理酒 塩	冷豚肉(もも) 土しょうが たまねぎ にんにく ガーリック あたりごま みりん 料理酒 塩	冷豚肉(もも) 土しょうが たまねぎ にんにく ガーリック あたりごま みりん 料理酒 塩
こんだて	9	10	11	12	13	卒業式	
おかずの内容	冷うどん 冷うすあげ 青ねぎ にんにく 油 しょうゆ 片栗粉	冷豚肉(もも) 焼かまぼこ しめじ たまねぎ にんにく 油 カルールウ ウスターソース 削りぶし	冷さば(塩) 砂糖 赤みそ	冷鶏肉(ヒレ) にんにく たまねぎ 油 トマトピューレ ブラウナルウ 砂糖 塩	冷豚肉(ヒレ) にんにく たまねぎ 油 トマトピューレ ブラウナルウ 砂糖 塩	冷豚肉(もも) たまねぎ にんにく 油 みりん しょうゆ 塩	
	冷豆腐ハンバーグ にんにく しょうゆ 砂糖 片栗粉	冷オムレツ えのき茸 油 塩 淡口しょうゆ	冷ベーコン 冷液卵 しょうゆ こしょう	冷白身魚フライ ウスターソース(小袋)	冷白身魚フライ ウスターソース(小袋)	冷豚肉(もも挽肉) にんにく 油 しょうゆ みりん	
	冷うどん 冷うすあげ 青ねぎ にんにく 油 しょうゆ 片栗粉	冷豚肉(もも) 焼かまぼこ しめじ たまねぎ にんにく 油 カルールウ ウスターソース 削りぶし	冷さば(塩) 砂糖 赤みそ	冷鶏肉(ヒレ) にんにく たまねぎ 油 トマトピューレ ブラウナルウ 砂糖 塩	冷豚肉(ヒレ) にんにく たまねぎ 油 トマトピューレ ブラウナルウ 砂糖 塩	冷豚肉(もも) たまねぎ にんにく 油 みりん しょうゆ 塩	
こんだて	16	17	18	19	20	春分の日	
おかずの内容	冷チキンボール たまねぎ トマトケチャップ ブラウナルウ 赤ワイン	冷ウインナー にんにく 皮むきトマト缶 トマトケチャップ ウスターソース	冷豚肉(もも) にんにく 土しょうが 三度豆 砂糖 削りぶし	冷豚肉(もも) たまねぎ じゃがいも 一口魚菜天 油 しょうゆ	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		
	冷豚肉(もも) にんにく 乾ひじき しょうゆ 油	冷フライドポテト 塩	焼くわ 塩	冷シューマイ	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		
	冷うすあげ 小松菜 にんにく 赤みそ 削りぶし	冷鶏肉 冷うすあげ はくさい 干しいたけ 淡口しょうゆ 料理酒	焼くわ 塩	冷シューマイ	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		
こんだて	23	24	25	26	27		
おかずの内容	冷豚肉(挽肉) 冷厚揚げ にんにく 緑豆春雨 油 料理酒 豆板醤 片栗粉	冷豚肉(もも) 焼くわ じゃがいも 砂糖 みりん 削りぶし	冷豚肉(もも) にんにく 土しょうが 三度豆 砂糖 削りぶし	冷豚肉(もも) たまねぎ じゃがいも 一口魚菜天 油 しょうゆ	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		
	冷豚肉(もも) にんにく 乾ひじき しょうゆ 油	冷フライドポテト 塩	焼くわ 塩	冷シューマイ	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		
	冷うすあげ 小松菜 にんにく 赤みそ 削りぶし	冷鶏肉 冷うすあげ はくさい 干しいたけ 淡口しょうゆ 料理酒	焼くわ 塩	冷シューマイ	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		