

令和元年7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	1	ごはん・牛乳 スープ煮 チキンナゲット チリコンカン フルーツコンポート	2	ごはん・牛乳 夏野菜のカレーライス コロッケ チンゲン菜のソテー	3	ごはん・牛乳 八宝菜 焼きギョーザ 春雨の甘酢煮 枝豆	4	ごはん・牛乳 七タ汁 豚肉と野菜のしょうが煮 はものかば焼き フルーツゼリー	5	ごはん・牛乳 鶏肉の照り焼き 高野豆腐の卵とじ ゴーヤチップス もやしの甘酢炒め		
おかずの内容	冷ウインナー じゃがいも にんじん マッシュルーム缶 カレー粉 淡口しょうゆ こしょう	冷豚肉(もも) キャベツ たまねぎ ポーンストック 油 塩	冷豚肉(もも) かぼちゃ なす にんにく カレーウ 皮むきトマト缶 油 カレー粉	たまねぎ にんじん 三度豆 ポーンストック ウスターソース りんごピューレ 塩 こしょう	冷豚肉(もも) たけのこ水煮 たまねぎ にんじん にんにく 中華パイオン しょうゆ こしょう 水	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	冷うすあげ えのき茸 星型ふ みりん 削りぶし	ビーフン にんじん 淡口しょうゆ だし昆布	冷鶏肉(もも) 塩 土しょうが みりん 料理酒	白ねぎ こしょう 砂糖 しょうゆ 片栗粉		
	冷チキンナゲット	揚げ油						冷豚肉(もも) にんじん 土しょうが 三度豆 しょうゆ 削りぶし	たまねぎ 冷液卵 砂糖 淡口しょうゆ	にんじん 高野豆腐 みりん 削りぶし		
	冷ボンレスハム 白いんげん豆水煮 ウスターソース 油 こしょう	たまねぎ ガーリック トマトケチャップ 塩 チリパウダー	冷コロッケ 揚げ油		冷ギョーザ				冷豚肉(もも) にんじん 土しょうが 砂糖 だし昆布	たまねぎ じゃがいも 一口魚菜天 油 しょうゆ 削りぶし	にかがり 小麦粉 三温糖 みりん	いりすり白ごま 片栗粉 しょうゆ 揚げ油
	黄桃缶 砂糖	パイ缶	冷ベーコン キャベツ ホールコーン缶 塩 油	にんじん かぼちゃのグラタン 淡口しょうゆ こしょう	冷焼豚 きゅうり 中華パイオン 砂糖 油 いりすり白ごま	緑豆春雨 にんじん 淡口しょうゆ 酢 ごま油			冷はも(短冊・粉付) みりん しょうゆ	揚げ油 砂糖 片栗粉		
こんだて	8	ごはん・牛乳 チキン南蛮 冬瓜のうま煮 ひじきと千切り大根のまぜごはん きゅうりのガーリックソテー	9	コッペパン・牛乳 ビーンズシチュー かぼちゃのグラタン キャベツのソテー	10	ごはん・牛乳 タッカルビ 焼きシューマイ 小松菜のジャコ炒め 梅ひじき	11	ごはん・牛乳 夏野菜のチーズ焼き 肉団子の甘酢煮 もずくスープ	12	ごはん・牛乳 肉じゃが 鮭ののりマヨ焼き キャベツのペペロンチーノ きゅうりのおかか煮		
おかずの内容	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) 大豆水煮 たまねぎ 油	マッシュルーム缶 にんじん じゃがいも ポーンストック ウスターソース ブルーピューレ ガーリック こしょう	冷豚肉(もも) キャベツ にんにく にんじん たまねぎ 油 片栗粉 砂糖 料理酒	にら 土しょうが にんじん 油 片栗粉 砂糖 料理酒	冷ベーコン トマト とろけるチーズ しょうゆ こしょう	かぼちゃ ズッキーニ マヨネーズ 風トレッシング 塩	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 にんじん 油 しょうゆ 削りぶし		
	冷豚肉(もも) 土しょうが たまねぎ 中華パイオン 砂糖 豆板醤 片栗粉	とうがね にんじん 冷むき枝豆 しょうゆ 酢 油	ブラウルウ トマトケチャップ トマトピューレ 塩	冷シューマイ	冷ちりめんじゃこ にんじん 砂糖 油	小松菜 しょうゆ 料理酒	冷チキンボール にんじん 油 しょうゆ 片栗粉	ピーマン たまねぎ 砂糖 酢	冷鮭(甘塩) マヨネーズ 風トレッシング	青のり 淡口しょうゆ		
	にんじん 切干大根 冷ちりめんじゃこ 砂糖 しょうゆ	冷うすあげ 乾ひじき ごま油 みりん 削りぶし	冷ベーコン 冷ソテードニオン とろけるチーズ こしょう	冷ちりめんじゃこ 小松菜 しょうゆ 料理酒	冷鶏肉 冷豆腐 にんじん 青ねぎ 油 淡口しょうゆ こしょう	冷もずく たまねぎ たけのこ水煮 土しょうが 中華パイオン 塩	冷鶏肉 冷豆腐 にんじん 青ねぎ 油 淡口しょうゆ こしょう	冷もずく たまねぎ たけのこ水煮 土しょうが 中華パイオン 塩	キャベツ 冷ちりめんじゃこ オリーブ油 塩 一味唐辛子	にんじん にんにく 料理酒 こしょう		
	きゅうり 糸かつお しょうゆ	にんにく 砂糖 油	冷フランクフルト にんじん 淡口しょうゆ 塩	キャベツ ホールコーン缶 油 こしょう	乾ひじき ねり梅 みりん 砂糖	粉かつお 料理酒 しょうゆ			きゅうり 砂糖 ごま油	糸かつお しょうゆ		
こんだて			16	ごはん・牛乳 麻婆なす 炒めビーフン トマトと卵のスープ	17	ごはん・牛乳 厚揚げの中華煮 さばのおろしたれ おかかビーマン もやしの炒めナムル	18	ごはん・牛乳 ミンチカツ 洋風肉じゃが たまねぎのみそ汁 ふりかけ				
おかずの内容			冷豚肉(挽肉) たまねぎ 土しょうが 油 赤みそ しょうゆ 料理酒	なす にんじん にんにく 中華パイオン 砂糖 豆板醤 片栗粉	冷豚肉(もも) キャベツ にんにく にんじん たけのこ水煮 油 オイスターソース こしょう 片栗粉	ちんげん菜 土しょうが たまねぎ 冷厚揚げ 中華パイオン 塩 しょうゆ	冷ミンチカツ ウスターソース 揚げ油 トマトケチャップ					
			焼ちくわ キャベツ にんじん 油 淡口しょうゆ こしょう	ビーフン たまねぎ にら 中華パイオン 塩 料理酒	冷さば(塩) しょうゆ 砂糖 片栗粉	冷大根おろし みりん 料理酒	冷鶏肉 じゃがいも 冷むき枝豆 砂糖 バター	冷ウインナー にんじん ポーンストック しょうゆ				
			冷ベーコン たまねぎ パセリ 淡口しょうゆ こしょう	冷液卵 トマト 中華パイオン 塩 片栗粉	つきこんにゃく 焼ちくわ しょうゆ	緑豆もやし にら しょうゆ こしょう	冷豆腐 乾わかめ 小松菜 白みそ	たまねぎ えのき茸 赤みそ 削りぶし				