

2021年3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	黒糖パン・牛乳 ビーンズシチュー じゃがいものチーズ焼き キャベツのソテー	2	ごはん・牛乳 ピビンバ あんかけオムレツ 中華スープ	3	ごはん・牛乳 筑前煮 さわらのみそ焼き かき揚げ 小松菜とコーンの炒め煮	4	ごはん・牛乳 とりすき ちくわの天ぷら 五目汁 ふりかけ	5	ごはん・牛乳 カレー豆腐 焼きギョーザ 切干と野菜のごま酢炒め 大学いも
おかずの内容	冷豚肉(ヒレ) にんじん マッシュルーム缶 ポーンストック ブラウンウ トマトケチャップ トマトピューレ こしょう	にんにく たまねぎ 大豆水煮 油 ウスターソース ブルーベリー 塩	冷牛肉 しょうゆ にんじん 冷白菜キムチ 油 いりすり白ごま ごま油	砂糖 ほうれん草 大豆もやし 中華ブイオン ガーリック コチジャン	冷鶏肉 たけのこ水煮 焼ちくわ 砂糖 みりん 削りぶし	ねじりこんにやく 洗いごぼう にんじん 油 しょうゆ 料理酒	冷鶏肉(もも) しょうゆ はくさい にんじん 冷豆腐 料理酒	砂糖 糸こんにやく 白ねぎ たまねぎ 油	冷豚肉(挽肉) たまねぎ たけのこ水煮 白ねぎ 中華ブイオン カールウ しょうゆ 塩	冷豆腐 にんじん しめじ 土しょうが 油 こしょう 淡口しょうゆ
	まぐろ(油漬) たまねぎ とろけるチーズ こしょう	じゃがいも パセリ 塩	冷オムレツ えのき茸 中華ブイオン 塩 みりん 片栗粉	しめじ 土しょうが 油 こしょう 淡口しょうゆ	冷さわら 赤みそ 料理酒	白みそ みりん 砂糖	焼ちくわ 塩	小麦粉 揚げ油	冷ギョーザ	
	冷フランクフルト にんじん 淡口しょうゆ こしょう	キャベツ 油 塩	冷鶏肉 たまねぎ にら 油 塩	冷豆腐 にんじん 中華ブイオン 淡口しょうゆ こしょう	冷ボンレスハム 小松菜 油 塩	ホールコーン缶 たまねぎ しょうゆ	ふりかけ(のり)		冷うすあげ しめじ 青ねぎ 白みそ	冷うすあげ ピーマン 油 砂糖 料理酒
<div style="border: 2px solid red; padding: 5px; display: inline-block;"> 3月3日(水) 「かき揚げ」のみみえびが不漁のため不使用となります。 ※アレルギー情報に変更はありません。 </div>										
こんだて	8	コッペパン・牛乳 鶏肉の香草焼き じゃがいものサブジ 春野菜スープ	9	ごはん・牛乳 白身魚フライ キャベツとひき肉のコチジャン炒め かきたま汁 ふりかけ	10	ごはん・牛乳 キーマカレー チーズフライ 小松菜サラダ オレンジポンチ	11	ごはん・牛乳 マカロニグラタン チキンカツ ちんげん菜スープ	12	ごはん・牛乳 豚肉と野菜のしょうが煮 鮭の柚庵焼き きゅうりのおかか煮 ツナコーン
おかずの内容	冷鶏肉(もも) 塩 バジル オリーブ油	にんにく こしょう パン粉	冷白身魚フライ トマトケチャップ	揚げ油 ウスターソース	冷豚肉(挽肉) たまねぎ にんじん 油 カールウ ナツメグ 塩 カレー粉	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 ガーリック こしょう	冷ウインナー ホワイトソース 冷ソテーオニオン とろけるチーズ こしょう	クリームコーン缶 たまねぎ マカロニ 塩	冷豚肉(もも) にんじん 土しょうが 三度豆 こしょう 削りぶし	たまねぎ じゃがいも 一口魚菜天 油 しょうゆ
	皮むきトマト缶 土しょうが 中華ブイオン カレー粉 塩 一味唐辛子	ブロッコリー じゃがいも 油 しょうゆ こしょう ごま油	冷豚肉(挽肉) 土しょうが 油 みりん しょうゆ 塩	キャベツ たまねぎ コチジャン 料理酒 砂糖 こしょう	冷チーズフライ	揚げ油	冷チキンカツ ウスターソース(小袋)	揚げ油	冷鮭 ゆず果汁 みりん	しょうゆ 砂糖
	冷ベーコン キャベツ たまねぎ 油 塩	きぬぎや にんじん 洋風ブイオン 淡口しょうゆ こしょう	冷液卵 青ねぎ たまねぎ 焼かまぼこ 塩 だし昆布	冷豆腐 にんじん えのき茸 淡口しょうゆ 片栗粉 削りぶし	冷ボンレスハム キャベツ ドレッシング(小袋)しょうゆ	小松菜 にんじん	冷豚肉(もも) ちんげん菜 にんじん 中華ブイオン 淡口しょうゆ こしょう	冷豆腐 たまねぎ 土しょうが 油 塩	きゅうり 砂糖 ごま油	粉かつお しょうゆ
こんだて	15	ごはん・牛乳 おでん さばのごまみそ焼き すまし汁	16	ごはん・牛乳 鶏の塩こうじ焼き じゃがいものいそ煮 わかめのみそ汁	17		18	ごはん・牛乳 つけカレーうどん 豆腐ハンバーグの甘酢あんかけ	19	ごはん・牛乳 タッカルビ わかさぎのフリッター 白菜のゆずびたし 切干大根のソース炒め
おかずの内容	冷鶏肉 うずら卵缶 大根 三角切こんにやく みりん だし昆布	冷厚揚げ 焼ちくわ じゃがいも 砂糖 しょうゆ 削りぶし	冷鶏肉(もも) 土しょうが 塩こうじ 油	白ねぎ にんにく しょうゆ		冷うどん 青ねぎ にんじん 焼かまぼこ カールウ ウスターソース 削りぶし	冷豚肉(もも) しめじ たまねぎ 冷うすあげ しょうゆ 片栗粉 油	冷鶏肉(もも) キャベツ にんにく たまねぎ たまねぎ 砂糖 砂糖 料理酒 ごま油	にら 土しょうが にんじん トマトケチャップ しょうゆ コチジャン	
	冷さば 砂糖 赤みそ	いり白ごま みりん 料理酒	冷豚肉(もも) にんじん 乾ひじき 砂糖 みりん	冷焼ちくわ じゃがいも 油 しょうゆ 削りぶし		冷豆腐ハンバーグ にんじん ごま油 酢 片栗粉	たまねぎ ピーマン しょうゆ 砂糖	冷わかさぎフリッター 揚げ油 塩		
	青ねぎ えのき茸 焼かまぼこ 淡口しょうゆ だし昆布	はくさい にんじん ふ 塩 削りぶし	冷豆腐 たまねぎ 青ねぎ 赤みそ 削りぶし	にんじん えのき茸 乾わかめ 白みそ					冷わかさぎフリッター 揚げ油 塩	はくさい いりすり白ごま みりん 粉かつお
こんだて	22	ごはん・牛乳 肉団子のソースかけ 高野豆腐の卵とじ 小松菜のみそ汁	23	ごはん・牛乳 厚揚げとキャベツみそ炒め 長崎天ぷら 白菜スープ	24	ごはん・牛乳 ホイコーロー 揚げシューマイ もやしのからしあえ ポテトサラダ	25	ごはん・牛乳 ハヤシライス ミンチカツ ちんげん菜のソテー	26	
おかずの内容	冷チキンボール たまねぎ 油 ブラウンウ 赤ワイン	マッシュルーム缶 皮むきトマト缶 トマトケチャップ 砂糖 ウスターソース	冷豚肉(もも) キャベツ にんじん にんにく 中華ブイオン 塩 赤みそ	冷厚揚げ たまねぎ たけのこ水煮 土しょうが 油 こしょう しょうゆ 料理酒 片栗粉	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	たけのこ水煮 にんじん 油 料理酒 しょうゆ 片栗粉	冷豚肉(もも) にんにく たまねぎ ポーンストック トマトケチャップ ウスターソース こしょう	マッシュルーム缶 にんじん 油 ハヤシルウ トマトピューレ 塩		
	にんじん 高野豆腐 砂糖 淡口しょうゆ	冷液卵 冷グリーンピース みりん 削りぶし	じゃがいも 塩 しょうゆ ベーキングパウダー	小麦粉 料理酒 砂糖 揚げ油	冷シューマイ	揚げ油	冷ミンチカツ	揚げ油		
	冷うすあげ じゃがいも えのき茸 白みそ	たまねぎ 小松菜 赤みそ 削りぶし	冷鶏肉 青ねぎ たまねぎ 中華ブイオン ごま油 塩	はくさい にんじん 干しいたけ 油 淡口しょうゆ こしょう	じゃがいも きゅうり 塩 ドレッシング(小袋)サウザンアイランド	にんじん たまねぎ こしょう	ホールコーン缶 ちんげん菜 いり白ごま 淡口しょうゆ こしょう	キャベツ にんじん 油 塩		