2021年5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	3	4	5	6 ごはん・牛乳 豚肉と野菜のしょうが煮 かしわもち 若竹汁 ふりかけ	7 ごはん・牛乳 油淋鶏 焼きシューマイ きんぴらごぼう もやしの中華炒め
おかずの内容				冷豚肉(もも) 土しょうが たまねぎ 一口魚菜天 砂糖 だし昆布 三度豆 にんじん じゃがいも 油 しょうゆ 削りぶし 冷かしわもち 乾わかめ 青ねぎ 焼かまぼこ 塩 削りぶし たけのこ水煮 たまねぎ 淡口しょうゆ だし昆布 ふりかけ(みりん焼)	冷鶏から揚げ 白ねぎ ごま油 砂糖 片栗粉 揚げ油 にんにく しょうゆ 酢 冷シューマイ つきこんにゃく 油 みりん 削りぶし ささがきごぼう にんじん 砂糖 しょうゆ 冷ポンレスハム 緑豆もやし 中華ブイヨン 塩 にら 油 しょうゆ こしょう
こんだて	10 コッペパン・牛乳 チキンウイング～ハニーガーリック風味～ キャベツのソテー グリーンポタージュ	11 ごはん・牛乳 ひき肉とひじきの五目丼 わかさぎのフリッター だんご汁	12 ごはん・牛乳 豚肉の甘辛煮 えのきポテト もやしの甘酢炒め たけのこのおかか煮	13 ごはん・牛乳 ポークカレーライス ミンチカツ キャロットソテー	14 ごはん・牛乳 鶏肉の照り焼き 小松菜とひき肉の炒め煮 かき揚げ ツナピーマン
おかずの内容	冷鶏肉(もも) 三度豆 にんにく 塩 淡口しょうゆ はちみつ じゃがいも 土しょうが 白ワイン こしょう 砂糖 冷豚肉(もも) にんじん 淡口しょうゆ こしょう キャベツ 油 塩 冷ベーコン にんじん 冷とうもろこし裏ごし 牛乳 ボーンストック こしょう パセリ たまねぎ 冷グリーンピース裏ごし ホワイトルウ 塩	冷鶏肉(もも挽肉) にんじん 乾ひじき 油 砂糖 削りぶし 大根 冷うすあげ 冷液卵 しょうゆ ごま油 冷わかさぎフリッター 塩 揚げ油 キャベツ たまねぎ 焼かまぼこ 赤みそ 削りぶし 青ねぎ にんじん 冷団子 白みそ	冷豚肉(もも) ささがきごぼう 白ねぎ にんじん 油 砂糖 糸こんにゃく 土しょうが たまねぎ しょうゆ みりん 冷ベーコン じゃがいも 淡口しょうゆ 塩 えのき茸 バター 砂糖 こしょう 冷焼豚 キャベツ 油 砂糖 しょうゆ ごま油 きゅうり 緑豆もやし いりすり白ごま 淡口しょうゆ 酢 冷鶏肉 にんじん しょうゆ みりん たけのこ水煮 粉かつお 砂糖 削りぶし	冷豚肉(もも) にんじん じゃがいも ポーンストック トマトケチャップ カレールウ 塩 にんにく たまねぎ 油 りんごピューレ ウスターソース カレー粉 こしょう 冷ミンチカツ 揚げ油 冷フランクフルト 三度豆 油 塩 ホールコーン缶 にんじん 淡口しょうゆ こしょう	冷鶏肉(もも) 土しょうが 砂糖 塩 料理酒 白ねぎ しょうゆ みりん こしょう 片栗粉 冷豚肉(挽肉) にんじん ごま油 しょうゆ 料理酒 小松菜 冷うすあげ 粉かつお 砂糖 みりん ささがきごぼう グリーンアスパラ たまねぎ 乾おから 揚げ油 にんじん さつまいも 小麦粉 塩 まぐろ(油漬) ピーマン 油 みりん 一味唐辛子 つきこんにゃく たまねぎ 淡口しょうゆ 砂糖
こんだて	17 ごはん・牛乳 カレー豆腐 焼きギョーザ にら卵スープ	18 ごはん・牛乳 豚肉のマスタード焼き イカとポテトのスペイン風炒め コーンスープ	19 ごはん・牛乳 おでん あじの香草焼き 小松菜のオイスター炒め にんじんしりしり	20 ごはん・牛乳 鶏肉のバーベキューソース じゃがいもの天ぷらチーズ風味 わかめのみそ汁	21 ごはん・牛乳 白身魚フライ(ソース添え) 炒めフォー 豆腐サラダ オレンジポンチ
おかずの内容	冷豚肉(挽肉) 白ねぎ 土しょうが たまねぎ 油 カレールウ しょうゆ 塩 たけのこ水煮 しめじ にんじん 冷豆腐 中華ブイヨン 砂糖 料理酒 こしょう 冷ギョーザ 冷鶏肉 にんじん 冷液卵 中華ブイヨン 塩 片栗粉 にら たまねぎ 油 淡口しょうゆ こしょう	冷豚肉(ロース) 塩 エリンギ たまねぎ しょうゆ カレー粉 料理酒 こしょう にんじん 粒入りマスタード 砂糖 マヨネーズ風ドレッシング 冷切りいか にんにく 油 一味唐辛子 塩 じゃがいも パセリ オリーブ油 白ワイン こしょう ホールコーン缶 にんじん 油 淡口しょうゆ こしょう クリームコーン缶 たまねぎ 中華ブイヨン 塩 片栗粉	冷鶏肉 三角切こんにゃく じゃがいも 冷厚揚げ みりん 削りぶし うずら卵缶 大根 焼ちくわ 砂糖 しょうゆ 冷あじ(甘塩) パン粉 オリーブ油 こしょう にんにく バジル 塩 冷ポンレスハム たまねぎ ガーリック しょうゆ 小松菜 油 オイスターソース まぐろ(油漬) 油 塩 にんじん 淡口しょうゆ こしょう	冷鶏肉(もも) こしょう 土しょうが しょうゆ 砂糖 料理酒 油 塩 白ねぎ にんにく りんごピューレ みりん 片栗粉 じゃがいも 小麦粉 揚げ油 粉末チーズ 塩 青ねぎ にんじん 冷豆腐 赤みそ 削りぶし えのき茸 たまねぎ 乾わかめ 白みそ	冷白身魚フライ ウスターソース(小袋) 揚げ油 冷豚肉(もも) にら たまねぎ 油 淡口しょうゆ こしょう 緑豆もやし にんじん 米粉平麺 中華ブイヨン 塩 料理酒 まぐろ(油漬) キャベツ 冷豆腐 酢 いりすり白ごま マヨネーズ風ドレッシング ホールコーン缶 にんじん 砂糖 しょうゆ あたりごま 黄桃缶 ナタデココ 砂糖 パイン オレンジジュース アガー
こんだて	24 黒糖パン・牛乳 マカロニグラタン ちんげん菜のソテー ポトフ	25 ごはん・牛乳 ヤンニョン 千切りイリチー みそワンタン	26 ごはん・牛乳 肉団子のきのこソース 高野豆腐の卵とじ 春雨の甘酢煮 ピリ辛こんにゃく	27 ごはん・牛乳 つけカレーうどん 鶏肉とキャベツのガーリック炒め	28 ごはん・牛乳 さばの塩焼き じゃがいものいそ煮 三色おひたし きゅうりの甘酢煮 フルーツゼリー
おかずの内容	冷ベーコン たまねぎ マカロニ ホワイトソース こしょう クリームコーン缶 冷ソテードオニオン とろけるチーズ 塩 冷豚肉(もも) ちんげん菜 油 塩 ホールコーン缶 にんじん 淡口しょうゆ こしょう 冷ウインナー キャベツ たまねぎ 油 淡口しょうゆ こしょう マッシュルーム缶 にんじん じゃがいも ボーンストック 塩	冷鶏から揚げ コチジャン みりん トマトケチャップ あたりごま 揚げ油 料理酒 オイスターソース ガーリック 冷豚肉(もも) 土しょうが 焼かまぼこ 乾昆布 しょうゆ みりん 削りぶし つきこんにゃく にんじん 切干大根 油 砂糖 塩 冷焼豚 青ねぎ たまねぎ ワンタン皮 中華ブイヨン 砂糖 キャベツ にんじん 緑豆もやし 油 赤みそ 塩	冷チキンボール しめじ 油 ウスターソース しょうゆ 片栗粉 えのき茸 たまねぎ トマトケチャップ 砂糖 赤ワイン 冷鶏肉 にんじん 冷液卵 みりん 削りぶし たまねぎ 高野豆腐 砂糖 淡口しょうゆ 冷ポンレスハム にんじん 中華ブイヨン 淡口しょうゆ 酢 きゅうり 緑豆春雨 油 砂糖 ねじりこんにゃく 砂糖 しょうゆ 油 みりん 一味唐辛子	冷うどん 青ねぎ にんじん 焼かまぼこ 油 しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも) しめじ たまねぎ 冷うすあげ カレールウ ウスターソース 削りぶし 冷鶏肉(もも) 白ねぎ にんじん 淡口しょうゆ 塩 一味唐辛子 キャベツ にんにく オリーブ油 料理酒 こしょう	冷さば(甘塩) 料理酒 冷豚肉(もも) じゃがいも 乾ひじき 砂糖 みりん にんじん 冷焼ちくわ 油 しょうゆ 削りぶし キャベツ にんじん 砂糖 小松菜 淡口しょうゆ 削りぶし きゅうり ごま油 コチジャン しょうゆ いりすり白ごま 酢 砂糖 フルーツゼリー(ぶどう)
こんだて	31 ごはん・牛乳 チャージャン豆腐 鮭ののりマヨ焼き レタスと春雨のスープ				
おかずの内容	冷豚肉(もも) ちんげん菜 土しょうが たまねぎ 油 豆板醤 料理酒 塩 片栗粉 たけのこ水煮 白ねぎ にんじん 冷厚揚げ 赤みそ しょうゆ 砂糖 こしょう 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 冷鶏肉 にんじん 油 淡口しょうゆ こしょう レタス 緑豆春雨 中華ブイヨン 塩				