2019年9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	2 ごはん・牛乳 豚肉のしょうが焼き チンゲン菜のソテー 小松菜のみそ汁 フルーツゼリー	3 ごはん・牛乳 じゃがいものグラタン ラタトゥイユ レタスと春雨のスープ ふりかけ	4 ごはん・牛乳 ホイコーロー きびなごフライ きんぴらごぼう 枝豆	5 ミニミルクパン・牛乳 救給カレー 肉だんごスープ	6 ごはん・牛乳 タッカルビ フライドポテト ピリ辛こんにゃく 切り干し大根とツナのサラダ
おかずの内容	冷豚肉(もも)　塩 こしょう　料理酒 にんじん　土しょうが たまねぎ　しょうゆ みりん　砂糖 冷ベーコン　ホールコーン缶 キャベツ　ちんげん菜 淡口しょうゆ　塩 こしょう　油 冷うすあげ　にんじん たまねぎ　小松菜 青ねぎ　赤みそ 白みそ　削りぶし フルーツゼリー（かんきつ）	冷ベーコン　じゃがいも 冷ソテードオニオン　牛乳 とろけるチーズ　ホワイトソース こしょう 冷豚肉(もも)　皮むきトマト缶 なす　ズッキーニ ガーリック　たまねぎ 赤ピーマン　エリンギ 油　トマトケチャップ オリーブ油　砂糖 ウスターソース　塩 こしょう 冷鶏肉　レタス にんじん　緑豆春雨 土しょうが　中華ブイヨン 淡口しょうゆ　塩 こしょう　油 ふりかけ（みりん焼）	冷豚肉(もも)　たけのこ水煮 キャベツ　にんじん にんにく　テンメンジャン 料理酒　油 砂糖　しょうゆ 豆板醤　片栗粉 冷きびなごフライ　揚げ油 ささがきごぼう　つきこんにゃく にんじん　油 いりすり白ごま　砂糖 しょうゆ　みりん 枝豆　塩	救給カレー 冷チキンボール　たけのこ水煮 たまねぎ　にんじん にら　干しいたけ 土しょうが　淡口しょうゆ 中華ブイヨン　油 塩　こしょう	冷鶏肉(もも)　にら キャベツ　土しょうが ガーリック　にんじん たまねぎ　油 片栗粉　トマトケチャップ 砂糖　しょうゆ 料理酒　コチジャン 冷フライドポテト　揚げ油 塩 ねじりこんにゃく　油 砂糖　みりん しょうゆ　一味唐辛子 まぐろ（油漬）　切干大根 乾ひじき　冷むき枝豆 ホールコーン缶　いりすり白ごま しょうゆ　砂糖 マヨネーズ風ドレッシング
こんだて	9 ごはん・牛乳 チャージャン豆腐 揚げシューマイ 中華コーンスープ	10 ごはん・牛乳 照り焼きハンバーグ ソーススパゲティ 小松菜と豆腐のスープ	11 ごはん・牛乳 鶏肉の一味焼き かぼちゃの天ぷら 枝豆コーン もやしの甘酢炒め	12 ごはん・牛乳 じゃがいものそぼろ煮 さばのおろしだれ 月見だんご汁	13 ごはん・牛乳 キーマカレー チキンナゲット 小松菜サラダ オレンジポンチ
おかずの内容	冷豚肉(もも)　冷厚揚げ たまねぎ　にんじん 白ねぎ　ちんげん菜 たけのこ水煮　土しょうが 油　赤みそ 豆板醤　しょうゆ 料理酒　砂糖 塩　こしょう 片栗粉 冷シューマイ　揚げ油 冷ベーコン　ホールコーン缶 クリームコーン缶　たまねぎ にんじん　パセリ 油　中華ブイヨン 淡口しょうゆ　片栗粉 塩　こしょう	冷チキンハンバーグ　白ねぎ しいたけ　砂糖 しょうゆ　みりん 料理酒　片栗粉 冷豚肉(もも)　キャベツ にんじん　たまねぎ 冷スパゲティ　油 とんかつソース　ウスターソース しょうゆ　塩 こしょう　中華ブイヨン ガーリック たまねぎ　小松菜 冷液卵　冷豆腐 ごま油　中華ブイヨン 淡口しょうゆ　塩 こしょう　土しょうが 片栗粉	冷鶏肉(もも)　たまねぎ にんじん　しめじ 砂糖　一味唐辛子 にんにく　ごま油 しょうゆ　いりすり白ごま かぼちゃ　小麦粉 塩　揚げ油 冷むき枝豆　ホールコーン缶 塩　こしょう 緑豆もやし　キャベツ にんじん　にら 砂糖　淡口しょうゆ しょうゆ　酢 油	冷豚肉(挽肉)　にんじん たまねぎ　じゃがいも 一口魚菜天　冷むき枝豆 油　砂糖 しょうゆ　削りぶし だし昆布　片栗粉 冷さば（塩）　冷大根おろし しょうゆ　みりん 砂糖　料理酒 片栗粉 焼かまぼこ　えのき茸 冷団子　にんじん 青ねぎ　淡口しょうゆ みりん　塩 削りぶし　だし昆布	冷豚肉(挽肉)　土しょうが たまねぎ　ひきわり大豆水煮 にんじん　油 トマトケチャップ　中華ブイヨン カレールウ　ウスターソース ガーリック　ナツメグ 塩　こしょう カレー粉 冷チキンナゲット　揚げ油 冷ボンレスハム　小松菜 キャベツ　にんじん ドレッシング（小袋） 黄桃缶　パイン缶 ナタデココ　オレンジジュース 砂糖　アガー
こんだて	16	17 ごはん・牛乳 麻婆豆腐 春巻 野菜スープ	18 ごはん・牛乳 豚肉の甘辛煮 さわらのみそ焼き 大豆とちくわの磯辺揚げ もやしのからしあえ	19 ごはん・牛乳 ポークカレーライス チキンカツ キャベツのソテー	20 ごはん・牛乳 鶏のトマト煮込み 卵焼き キャベツとうすあげの煮物 キムチたくあん
おかずの内容		冷豚肉（挽肉）　冷豆腐 たまねぎ　にんじん たけのこ水煮　白ねぎ にんにく　土しょうが 干しいたけ　中華ブイヨン 赤みそ　豆みそ 砂糖　しょうゆ 豆板醤　料理酒 油　片栗粉 冷春巻　揚げ油 冷ベーコン　ちんげん菜 キャベツ　にんじん たまねぎ　じゃがいも 中華ブイヨン　塩 こしょう　淡口しょうゆ	冷豚肉(もも)　糸こんにゃく ささがきごぼう　土しょうが 白ねぎ　たまねぎ にんじん　砂糖 しょうゆ　油 みりん　削りぶし 冷さわら（甘塩）　白みそ 赤みそ　みりん 料理酒　砂糖 大豆水煮　焼ちくわ 小麦粉　塩 青のり　揚げ油 緑豆もやし　にら 冷焼豚　にんじん 砂糖　みりん 淡口しょうゆ　粒入りﾏｽﾀｰﾄﾞ 油	冷豚肉(もも)　にんにく たまねぎ　じゃがいも にんじん　りんごピューレ ボーンストック　トマトケチャップ ウスターソース　油 カレールウ　カレー粉 塩　こしょう 冷チキンカツ　揚げ油 冷フランクフルト　キャベツ にんじん　淡口しょうゆ 油　塩 こしょう	冷鶏肉(もも)　たまねぎ 大豆水煮　しめじ 皮むきトマト缶　砂糖 トマトケチャップ　ウスターソース 塩　こしょう バジル　油 冷たまごやき キャベツ　にんじん 冷うすあげ　乾わかめ 砂糖　淡口しょうゆ みりん　削りぶし 冷白菜キムチ　はくさい つぼ漬　淡口しょうゆ
こんだて	23	24 黒糖パン・牛乳 ますフライ アイリッシュポテト グリーンポタージュ	25 ごはん・牛乳 豚肉のみそマヨガーリック焼き 揚げギョーザ 春雨の炒め煮 きゅうりの甘酢煮	26 ごはん・牛乳 カレー肉じゃが きのこと厚揚げの炒めもの ちゃんこ汁	27 ごはん・牛乳 鶏のから揚げ野菜あん あじのみりん干し にんじんしりしり じゃがいものブイヨン
おかずの内容		冷ますフライ　揚げ油 ウスターソース（小袋） 冷ウインナー　たまねぎ じゃがいも　バター 冷むき枝豆　塩 こしょう　油 冷ベーコン　たまねぎ にんじん　冷とうもろこし裏ごし 冷グリンピース裏ごし　パセリ 牛乳　ホワイトルウ ボーンストック　塩 こしょう	冷豚肉(ロース)　じゃがいも たまねぎ　にんじん ガーリック　赤みそ 砂糖　料理酒 みりん　マヨネーズ風ドレッシング 塩　こしょう 冷ギョーザ　揚げ油 冷ボンレスハム　緑豆春雨 ちんげん菜　にんじん 土しょうが　干しいたけ 油　オイスターソース 中華ブイヨン　淡口しょうゆ こしょう きゅうり　いりすり白ごま ごま油　酢 コチジャン　砂糖 しょうゆ	冷豚肉(もも)　冷むき枝豆 にんじん　たまねぎ じゃがいも　一口魚菜天 油　砂糖 みりん　しょうゆ カレー粉　削りぶし 冷厚揚げ　エリンギ しめじ　えのき茸 しょうゆ　みりん いりすり白ごま　削りぶし 冷鶏肉　ささがきごぼう にんじん　キャベツ 赤みそ　たまねぎ 白みそ　削りぶし	冷鶏から揚げ　揚げ油 ピーマン　にんじん たまねぎ　しょうゆ 酢　砂糖 片栗粉 冷あじみりん干し にんじん　まぐろ（油漬） 淡口しょうゆ　塩 こしょう　油 じゃがいも　たまねぎ パセリ　洋風ブイヨン 塩
こんだて	30 ごはん・牛乳 八宝菜 飲茶 わかめスープ				
おかずの内容	冷豚肉(もも)　うずら卵缶 たけのこ水煮　ちんげん菜 たまねぎ　キャベツ にんじん　土しょうが にんにく　干しいたけ 中華ブイヨン　油 しょうゆ　塩 こしょう　片栗粉 冷ごま団子　揚げ油 冷小籠包 乾わかめ　たまねぎ ホールコーン缶　にんじん 青ねぎ　油 中華ブイヨン　淡口しょうゆ 塩　こしょう				