

令和7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									1	ごはん・牛乳 厚揚げとキャベツのみそ炒め さばの塩焼き すまし汁	2	ごはん・牛乳 肉じゃが かしわもち たけのこのおかか煮 もやしの甘酢炒め		
おかずの内容									冷豚肉(もも) にんにく にんじん じゃがいも 冷厚揚げ 油 塩 赤みそ 砂糖 豆板醤	キャベツ 土しょうが たまねぎ 干しいたけ 中華ブイヨン こしょう しょうゆ 料理酒 片栗粉	冷豚肉(もも) にんじん にんじん じゃがいも 砂糖 みりん	系こんにやく たまねぎ 油 しょうゆ 削りぶし(だし用)		
									冷さば	料理酒	冷かしわもち			
									青ねぎ にんじん 焼かまぼこ 淡口しょうゆ だし昆布	えのき茸 たまねぎ ふ 塩 削りぶし(だし用)	冷焼豚 キャベツ 油 淡口しょうゆ 酢	たけのこ水煮 粉かつお 砂糖 削りぶし(だし用)		
こんだて					7	ごはん・牛乳 鶏肉のから揚げおろしソース 高野豆腐の卵とじ ツナキャベツ ピリ辛こんにやく	8	コッペパン・牛乳 サルーナ チキンシャワルマ レンティルスープ	9	ごはん・牛乳 白身魚の天ぷら キャベツと豚肉のコチジャン炒め きんぴらごぼう じゃがいものブイヨン煮				
おかずの内容					冷鶏から揚げ 青ねぎ 砂糖 淡口しょうゆ	揚げ油 冷大根おろし しょうゆ 片栗粉	冷チキンボール にんじん じゃがいも トマトピューレ ナツメグ コリアンダー こしょう	土しょうが たまねぎ 油 ブラウンルウ クミン 塩	冷白身魚天ぷら 塩	揚げ油				
					にんじん 高野豆腐 砂糖 淡口しょうゆ	たまねぎ 冷液卵 みりん 削りぶし(だし用)	冷鶏肉(もも) クリーム クミン しょうゆ こしょう	にんにく オールスパイス チリパウダー 塩	冷豚肉(もも) 土しょうが にんじん コチジャン 料理酒 砂糖 こしょう	キャベツ たまねぎ 油 みりん しょうゆ 塩				
					まぐろ(油漬) にんじん しょうゆ こしょう	キャベツ 油 塩	冷ベーコン レンズ豆 にんにく たまねぎ コンソメ こしょう	皮むきトマト缶 セロリ にんじん オリーブ油 塩	つきこんにやく 油 しょうゆ みりん	ささがきごぼう にんじん いり白ごま 砂糖 削りぶし(だし用)				
					ねじりこんにやく 砂糖 しょうゆ	油 みりん 一味唐辛子			バセリ じゃがいも 塩	たまねぎ 洋風ブイヨン				
こんだて	12	ごはん・牛乳 麻婆豆腐 春巻 中華スープ	13	ごはん・牛乳 サーモンフライ 厚揚げのそぼろあんかけ 塩ちゃんこ汁	14	ごはん・牛乳 照り焼きハンバーグ じゃがいものうま煮 にんじんしりしり 野菜の塩こうじ炒め	15	黒糖パン・牛乳 ツナとポテのマヨネーズ焼 カレーソーテ グリーンポタージュ	16	ごはん・牛乳 ブルコギ 長崎天ぷら 小松菜のオイスター炒め フルーツコンポート				
おかずの内容	冷豚肉(挽肉) 白ねぎ 土しょうが たまねぎ 干しいたけ 中華ブイヨン 豆みそ しょうゆ 料理酒 ごま油	たけのこ水煮 にんにく にんじん 冷豆腐 油 赤みそ 砂糖 豆板醤 片栗粉	冷サーモンフライ 揚げ油	冷豚肉(挽肉) 土しょうが 冷厚揚げ しょうゆ 砂糖 料理酒 削りぶし(だし用)	冷チキンハンバーグ 砂糖 みりん 片栗粉	たまねぎ しょうゆ 料理酒 じゃがいも 砂糖 削りぶし(だし用)	まぐろ(油漬) じゃがいも 塩	たまねぎ マヨネーズ風ドレッシング こしょう	冷豚肉(ロース) にんじん 切干大根 土しょうが いりすり白ごま コチジャン 料理酒	ピーマン たまねぎ にんにく たまねぎ ごま油 砂糖 しょうゆ				
	冷春巻	揚げ油	冷鶏肉 青ねぎ たまねぎ 中華ブイヨン みりん 削りぶし(だし用)	キャベツ にんじん 平天 淡口しょうゆ 塩	まぐろ(油漬) 油 塩	にんじん 淡口しょうゆ こしょう	冷ベーコン にんじん 冷とうもろこし裏ごし 牛乳 塩	バセリ たまねぎ ホワイトルース裏ごし ホワイトルウ こしょう	じゃがいも 砂糖 料理酒 ベーキングパウダー 揚げ油	小麦粉 塩 しょうゆ				
	冷ベーコン にら たまねぎ 淡口しょうゆ こしょう	ちんげん菜 にんじん 中華ブイヨン 塩	冷豚肉(もも) にら 緑豆春雨 塩こうじ こしょう	キャベツ にんじん 油 しょうゆ	冷豚肉(もも) にら 緑豆春雨 塩こうじ こしょう	キャベツ 緑豆もやし 油 しょうゆ			冷ポテンス火腿 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				
										黄桃缶 砂糖	ハイン アガー			
こんだて	19	ごはん・牛乳 鶏肉とキャベツのガーリック炒め 焼きシューマイ 中華コンスーブ	20	ごはん・牛乳 油淋鶏 千切りイリチー みそワフタン	21	ごはん・牛乳 豚肉の甘辛煮 あんかけオムレツ もやしのごま風味 ひじき入りポテトサラダ	22	ごはん・牛乳 ポークカレーライス ミンチカツ キャベツのソテー	23	ごはん・牛乳 いわしのかば焼き風 炒めフオー 切干大根の酢の物 枝豆コーン				
おかずの内容	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	冷豚肉(もも) ささがきごぼう 白ねぎ にんじん 油 砂糖	系こんにやく 土しょうが たまねぎ しょうゆ みりん	冷豚肉(もも) にんにく にんじん じゃがいも トマトケチャップ カレールウ 塩	にんにく たまねぎ 油 ウスターソース カレー粉 こしょう	冷いわし 砂糖 しょうゆ	揚げ油 みりん 片栗粉				
	冷シューマイ		冷豚肉(もも) 土しょうが 焼かまぼこ	つきこんにやく にんじん 切干大根 油 砂糖 塩	冷オムレツ しめじ 油 こしょう 淡口しょうゆ	えのき茸 中華ブイヨン 塩 みりん 片栗粉	冷ミンチカツ	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				
	冷ベーコン クリームコーン缶 たまねぎ 中華ブイヨン 塩 片栗粉	ホールコーン缶 にんじん 油 淡口しょうゆ こしょう	乾昆布 しょうゆ みりん 削りぶし(だし用)	キャベツ にんじん ワフタン皮 中華ブイヨン 砂糖	冷焼豚 緑豆もやし いりすり白ごま 塩 砂糖	にら 油 しょうゆ こしょう	冷ウインナー にんじん 淡口しょうゆ こしょう	キャベツ 油 塩	切干大根 小松菜 いり白ごま 砂糖 料理酒	にんじん 冷うすあげ 酢 しょうゆ 油				
			冷焼豚 青ねぎ たまねぎ 油 赤みそ 塩		ホールコーン缶 乾ひじき こしょう	じゃがいも コンソメ しょうゆ			ホールコーン缶 塩	冷むき枝豆 こしょう				

マヨネーズ風ドレッシングドレッシング