令和6年10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 豚肉のマスタード焼き キャベツのソテー 五目汁	2 ごはん・牛乳 カレー豆腐 揚げギョーザ ちんげん菜の煮びたし ポテトサラダ	3 ごはん・牛乳 ガパオライス ガイヤーン ビーフンスープ	4 ごはん・牛乳 すき焼き あじのみりん干し 卯の花 さつまいもの天ぷら
おかずの内容		冷豚肉(ロース)　料理酒 塩　こしょう エリンギ　にんじん たまねぎ　粒入りマスタード しょうゆ　砂糖 カレー粉　マヨネーズ風ドレッシング 冷ウインナー　キャベツ にんじん　油 淡口しょうゆ　塩 こしょう つきこんにゃく　ささがきごぼう 青ねぎ　にんじん 冷うすあげ　冷豆腐 赤みそ　白みそ 削りぶし	冷豚肉(もも)　たけのこ水煮 白ねぎ　しめじ 土しょうが　にんじん たまねぎ　冷豆腐 油　中華ブイヨン カレールウ　砂糖 しょうゆ　料理酒 塩　こしょう 冷ギョーザ　揚げ油 キャベツ　ちんげん菜 冷うすあげ　砂糖 みりん　淡口しょうゆ 削りぶし 冷ボンレスハム　ホールコーン缶 きゅうり　じゃがいも にんじん　洋風ブイヨン 塩　こしょう しょうゆ　マヨネーズ風ドレッシング	冷豚肉(もも)　ピーマン しめじ　にんにく 土しょうが　にんじん たまねぎ　高野豆腐 バジル　油 洋風ブイヨン　砂糖 しょうゆ　ナンプラー オイスターソース　料理酒 冷鶏肉(もも)　にんにく コリアンダー　しょうゆ 砂糖　こしょう 冷ベーコン　ちんげん菜 土しょうが　にんじん たまねぎ　干しいたけ ビーフン　油 中華ブイヨン　淡口しょうゆ 塩　こしょう	冷豚肉(もも)　糸こんにゃく はくさい　白ねぎ にんじん　たまねぎ 冷豆腐　ふ 油　しょうゆ 砂糖　料理酒 冷あじみりん干し 青ねぎ　にんじん ささがきごぼう　焼ちくわ 冷おから　油 砂糖　みりん 淡口しょうゆ　削りぶし さつまいも　小麦粉 塩　揚げ油
こんだて	7 ごはん・牛乳 厚揚げとキャベツのみそ炒め 長崎天ぷら タンホータン	8 ごはん・牛乳 鶏肉のから揚げおろしソース 浦上そぼろ すまし汁	9 ごはん・牛乳 豆腐ボールのチリソース さわらの香草焼き おかかこんにゃく 小松菜ナムル	10 コッペパン・牛乳 じゃがいものグラタン ウインナーのケチャップ煮 ベジタブルスープ	11 ごはん・牛乳 鶏肉と大根のピリ辛煮 ちくわののりマヨ焼き 大豆の磯煮 もやしの甘酢炒め
おかずの内容	冷豚肉(もも)　たけのこ水煮 キャベツ　にんにく 土しょうが　にんじん たまねぎ　冷厚揚げ 干しいたけ　油 中華ブイヨン　塩 こしょう　赤みそ しょうゆ　砂糖 料理酒　豆板醤 片栗粉 じゃがいも　小麦粉 砂糖　塩 料理酒　しょうゆ ベーキングパウダー　揚げ油 冷鶏肉　青ねぎ にんじん　たまねぎ 冷液卵　油 中華ブイヨン　淡口しょうゆ 塩　こしょう 片栗粉	冷鶏から揚げ　揚げ油 冷大根おろし　砂糖 しょうゆ　淡口しょうゆ 片栗粉 冷豚肉(もも)　つきこんにゃく ささがきごぼう　にんじん 緑豆もやし　平天 油　砂糖 みりん　しょうゆ 青ねぎ　えのき茸 にんじん　たまねぎ 冷うすあげ　冷豆腐 淡口しょうゆ　みりん だし昆布　削りぶし	冷チキンボール　揚げ油 皮むきトマト缶　白ねぎ 土しょうが　油 豆板醤　トマトケチャップ 砂糖　しょうゆ ガーリック　片栗粉 冷さわら　バジル オリーブ油　パン粉 塩　こしょう ねじりこんにゃく　粉かつお 油　砂糖 みりん　しょうゆ 小松菜　にんにく にんじん　緑豆もやし いり白ごま　ごま油 中華ブイヨン　しょうゆ	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 冷ミニウインナー　マッシュルーム缶 たまねぎ　中華ブイヨン 油　トマトケチャップ ウスターソース　砂糖 冷鶏肉　キャベツ セロリ　にんじん たまねぎ　マカロニ 油　コンソメ 淡口しょうゆ　塩 こしょう	冷鶏肉(もも)　白ねぎ 大根　土しょうが にんじん　油 中華ブイヨン　砂糖 みりん　しょうゆ 料理酒　コチジャン 焼ちくわ　青のり マヨネーズ風ドレッシング　淡口しょうゆ 大豆水煮　にんじん 冷うすあげ　乾ひじき 油　砂糖 みりん　しょうゆ 削りぶし 冷焼豚　キャベツ 緑豆もやし　油 いりすり白ごま　砂糖 淡口しょうゆ　しょうゆ 酢　ごま油
こんだて		15 ごはん・牛乳 あじフライ 豚肉のごま風味 かきたま汁	16 ごはん・牛乳 キーマカレー チキンナゲット 和風サラダ フルーツコンポート	17 ごはん・牛乳 豚肉のピリ辛炒め かぼちゃの天ぷら 中華スープ	18 ごはん・牛乳 肉じゃが さばの塩こうじ焼き 小松菜とちくわのカレー炒め 大根のうま煮
おかずの内容		冷あじフライ　揚げ油 冷豚肉(もも)　ピーマン にんにく　土しょうが にんじん　たまねぎ 油　いりすり白ごま 砂糖　白みそ りんごピューレ　しょうゆ 料理酒　ごま油 青ねぎ　えのき茸 にんじん　たまねぎ 焼かまぼこ　冷豆腐 冷液卵　淡口しょうゆ 塩　片栗粉 だし昆布　削りぶし	冷豚肉(挽肉)　ひきわり大豆水煮 土しょうが　にんじん たまねぎ　油 トマトケチャップ　カレールウ ウスターソース　ナツメグ ガーリック　塩 こしょう　カレー粉 冷チキンナゲット　揚げ油 まぐろ(油漬)　キャベツ にんじん　乾ひじき 切干大根　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 黄桃缶　パイン 砂糖　アガー	冷豚肉(もも)　にんじん たまねぎ　油 ガーリック　しょうゆ 砂糖　みりん 料理酒　豆板醤 ごま油 かぼちゃ　小麦粉 塩　揚げ油 冷鶏肉　にら にんじん　たまねぎ 冷豆腐　油 中華ブイヨン　淡口しょうゆ 塩　こしょう	冷豚肉(もも)　糸こんにゃく にんじん　たまねぎ じゃがいも　油 砂糖　しょうゆ みりん　削りぶし 冷さば　塩こうじ 小松菜　にんじん たまねぎ　焼ちくわ 油　中華ブイヨン みりん　しょうゆ カレー粉　塩 冷ボンレスハム　大根 しょうゆ　油 みりん　砂糖 削りぶし
こんだて	21 ごはん・牛乳 プルコギ わかさぎのフリッター わかめスープ	22 黒糖パン・牛乳 トマトクリームペンネ ベイクドパンプキン 里芋とキャベツのスープ野菜	23 ごはん・牛乳 八宝菜 焼きシューマイ 春雨の甘酢煮 ツナコーン	24 ごはん・牛乳 白身魚フライ 肉入り高野豆腐 キャベツのみそ汁	25 ごはん・牛乳 照り焼きミートボール 切干大根の煮物 豚肉と大阪産野菜の オイスターソース炒め かき揚げ
おかずの内容	冷豚肉(もも)　ピーマン にんじん　たまねぎ 切干大根　にんにく 土しょうが　たまねぎ いりすり白ごま　ごま油 コチジャン　砂糖 料理酒　しょうゆ 冷わかさぎフリッター　揚げ油 塩 冷鶏肉　ホールコーン缶 青ねぎ　にんじん たまねぎ　冷豆腐 乾わかめ　油 中華ブイヨン　淡口しょうゆ 塩　こしょう	冷鶏肉　皮むきトマト缶 エリンギ　にんじん たまねぎ　マカロニ 牛乳　ガーリック 油　ホワイトルウ 粉末チーズ　砂糖 塩　こしょう 冷フランクフルト　かぼちゃ 油　塩 こしょう 冷ベーコン　キャベツ にんじん　たまねぎ 冷さといも　油 コンソメ　淡口しょうゆ 塩　こしょう	冷豚肉(もも)　うずら卵缶 たけのこ水煮　はくさい ちんげん菜　土しょうが にんじん　たまねぎ 干しいたけ　油 中華ブイヨン　しょうゆ 塩　こしょう 片栗粉 冷シューマイ 冷焼豚　きゅうり 緑豆春雨　中華ブイヨン 油　淡口しょうゆ 砂糖　酢 まぐろ(油漬)　ホールコーン缶 にんじん　塩 こしょう	冷白身魚フライ　揚げ油 トマトケチャップ　マヨネーズ風ドレッシング 塩　こしょう 冷豚肉(もも)　エリンギ にんじん　たまねぎ 高野豆腐　砂糖 みりん　淡口しょうゆ 削りぶし 青ねぎ　たまねぎ キャベツ　じゃがいも 冷うすあげ　赤みそ 白みそ　削りぶし	冷チキンボール　ピーマン たまねぎ　油 しょうゆ　砂糖 みりん　片栗粉 にんじん　冷うすあげ 切干大根　油 しょうゆ　砂糖 みりん　削りぶし 冷豚肉(もも)　小松菜 しめじ　ごま油 オイスターソース　しょうゆ 料理酒　中華ブイヨン 片栗粉 ささがきごぼう　にんじん たまねぎ　さつまいも 乾おから　小麦粉 揚げ油　塩
こんだて	28 ごはん・牛乳 ポークカレーライス ミンチカツ ホットサラダ	29 ごはん・牛乳 チンジャオロース じゃがいものバターしょうゆ煮 塩ちゃんこ汁	30 ごはん・牛乳 デミグラスソースハンバーグ キャロットソテー 豆かりんとう 白菜のゆずびたし	31 ごはん・牛乳 赤魚の野菜あんかけ 厚揚げの卵とじ さつま汁	
おかずの内容	冷豚肉(もも)　にんにく にんじん　たまねぎ じゃがいも　油 トマトケチャップ　ウスターソース カレールウ　カレー粉 塩　こしょう 冷ミンチカツ　揚げ油 冷ボンレスハム　ホールコーン缶 キャベツ　にんじん 淡口しょうゆ　料理酒 塩　こしょう	冷豚肉(ロース)　たけのこ水煮 ピーマン　にんじん たまねぎ　緑豆春雨 油　砂糖 しょうゆ　料理酒 オイスターソース　片栗粉 じゃがいも　バター しょうゆ　砂糖 みりん　削りぶし 冷チキンボール　キャベツ 青ねぎ　にんじん たまねぎ　中華ブイヨン 淡口しょうゆ　みりん 塩　削りぶし	冷チキンハンバーグ　エリンギ 皮むきトマト缶　たまねぎ 油　トマトケチャップ ブラウンルウ　砂糖 赤ワイン　ウスターソース 冷豚肉(もも)　ホールコーン缶 にんじん　油 淡口しょうゆ　塩 こしょう 大豆水煮　さつまいも かえりちりめん　小麦粉 片栗粉　揚げ油 砂糖　しょうゆ みりん　いり白ごま はくさい　にんじん 淡口しょうゆ　みりん ゆず果汁　粉かつお	冷赤魚　揚げ油 ピーマン　にんじん たまねぎ　油 しょうゆ　砂糖 酢　片栗粉 冷豚肉(もも)　たまねぎ 冷厚揚げ　冷液卵 油　淡口しょうゆ 砂糖　みりん 削りぶし 冷鶏肉　つきこんにゃく 青ねぎ　しめじ 大根　にんじん さつまいも　赤みそ 白みそ　削りぶし	