令和6年11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 豚肉のピリ辛みそ焼き いも煮 もやしのからしあえ フルーツコンポート
おかずの内容					冷豚肉(もも) 塩 こしょう たけのこ水煮 ピーマン にんにく 土しょうが たまねぎ コチジャン 赤みそ 砂糖 みりん しょうゆ 料理酒 ごま油 いり白ごま 冷鶏肉 三角切こんにゃく 白ねぎ にんじん 冷さといも 油 しょうゆ 砂糖 みりん 料理酒 削りぶし 冷焼豚 にら にんじん 緑豆もやし 緑豆春雨 油 砂糖 みりん 淡口しょうゆ 粒入りマスタード 黄桃缶 パイン 砂糖 アガー
こんだて		5 コッペパン・牛乳 ハムシ・クザルトマ イズミル・キョフテ メルジメッキ・チョルバス	6 ごはん・牛乳 鶏肉とキャベツのガーリック炒め 長崎天ぷら きんぴらごぼう 小松菜と豚肉のカレー風味卵炒め	7 ごはん・牛乳 豚肉と野菜のしょうが煮 わかさぎのフリッター みそ汁	8 ごはん・牛乳 ホイコーロー 焼きギョーザ もやしの炒めナムル ひじき入りポテトサラダ
おかずの内容		冷いわし 揚げ油 レモン汁 砂糖 酢 しょうゆ 冷チキンボール 皮むきトマト缶 ピーマン にんにく にんじん たまねぎ じゃがいも 油 コンソメ トマトケチャップ 塩 こしょう クミン 冷ベーコン パセリ にんじん たまねぎ 冷じゃがいも裏ごし 冷ソテードオニオン レンズ豆 オリーブ油 パプリカ コンソメ 塩 こしょう バター	冷鶏肉(もも) キャベツ 白ねぎ にんにく にんじん オリーブ油 淡口しょうゆ 料理酒 塩 こしょう 一味唐辛子 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 つきこんにゃく ささがきごぼう 油 にんじん しょうゆ いり白ごま みりん 砂糖 冷豚肉(もも) 小松菜 冷液卵 油 塩 こしょう カレー粉	冷豚肉(もも) 土しょうが にんじん たまねぎ じゃがいも 一口魚菜天 油 砂糖 しょうゆ 削りぶし 冷わかさぎフリッター 揚げ油 塩 青ねぎ 大根 はくさい 冷うすあげ 冷豆腐 赤みそ 白みそ 削りぶし	冷豚肉(もも) ピーマン キャベツ にんにく にんじん 油 テンメンジャン 料理酒 砂糖 しょうゆ 豆板醤 片栗粉 冷ギョーザ にら にんじん 緑豆もやし ごま油 中華ブイヨン しょうゆ 塩 ホールコーン缶 じゃがいも 乾ひじき 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
こんだて	11 ごはん・牛乳 豆腐ボールのチリソース チャプチェ クッパ	12 ごはん・牛乳 豚肉のしょうが焼き じゃがいものバターしょうゆ煮 五目汁	13 ごはん・牛乳 ヤンニョムチキン 炒めフォー 大根のうま煮 さつまいものサラダ	14 ごはん・牛乳 ハヤシライス ツナとポテトのマヨネーズ焼 キャロットソテー	15 ごはん・牛乳 じゃがいものそぼろ煮 サバの鍋照り焼き 小松菜とエリンギのソテー 卯の花
おかずの内容	冷チキンボール 揚げ油 皮むきトマト缶 白ねぎ 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 冷豚肉(もも) たけのこ水煮 ちんげん菜 土しょうが にんじん 干しいたけ 緑豆春雨 油 中華ブイヨン 砂糖 しょうゆ 料理酒 いりすり白ごま 冷鶏肉 青ねぎ しめじ 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	冷豚肉(もも) 塩 こしょう 料理酒 ピーマン 土しょうが にんじん たまねぎ しょうゆ 砂糖 みりん 料理酒 じゃがいも バター しょうゆ 砂糖 みりん 削りぶし 冷鶏肉 つきこんにゃく ささがきごぼう 大根 青ねぎ 冷豆腐 にんじん 赤みそ 冷うすあげ 削りぶし 白みそ	冷鶏から揚げ 揚げ油 コチジャン 料理酒 みりん オイスターソース トマトケチャップ ガーリック あたりごま 冷豚肉(もも) 緑豆もやし にら にんじん たまねぎ 米粉平麺 油 中華ブイヨン 淡口しょうゆ 塩 こしょう 料理酒 冷ポンレスハム 大根 しょうゆ 油 みりん 砂糖 削りぶし ホールコーン缶 にんじん さつまいも 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) マッシュルーム缶 にんにく にんじん たまねぎ 油 ハヤシルウ トマトケチャップ トマトピューレ ウスターソース 塩 こしょう まぐろ(油漬) たまねぎ じゃがいも マヨネーズ風ドレッシング 塩 こしょう 冷ウインナー ホールコーン缶 三度豆 にんじん 油 淡口しょうゆ 塩 こしょう	冷豚肉(挽肉) にんじん たまねぎ じゃがいも 油 砂糖 しょうゆ 片栗粉 削りぶし 冷さば 揚げ油 青ねぎ 砂糖 みりん 料理酒 しょうゆ いり白ごま 片栗粉 冷ポンレスハム 小松菜 エリンギ たまねぎ 油 淡口しょうゆ 塩 こしょう つきこんにゃく にんじん 焼ちくわ 冷おから 油 砂糖 みりん 淡口しょうゆ 削りぶし
こんだて	18 ごはん・牛乳 麻婆豆腐 あんかけオムレツ 白菜スープ	19 黒糖パン・牛乳 ミンチカツ ちんげん菜と豚肉の炒め煮 野菜の豆乳スープ	20 ごはん・牛乳 すき焼き さわらのみそ焼き 大学いも 切干大根の煮物	21 ごはん・牛乳 プルコギ 焼きシューマイ 中華コーンスープ	22 ごはん・牛乳 和風ハンバーグ 筑前煮 大豆とじゃこのごまがらめ 白菜の煮びたし
おかずの内容	冷豚肉(挽肉) たけのこ水煮 白ねぎ にんにく 土しょうが にんじん たまねぎ 冷豆腐 油 中華ブイヨン 赤みそ 豆みそ 砂糖 しょうゆ 豆板醤 料理酒 片栗粉 ごま油 冷オムレツ えのき茸 しめじ 中華ブイヨン 油 塩 こしょう みりん 淡口しょうゆ 片栗粉 冷ベーコン はくさい 青ねぎ にんじん たまねぎ 緑豆春雨 油 中華ブイヨン 淡口しょうゆ 塩 こしょう	冷ミンチカツ 揚げ油 冷豚肉(もも) はくさい ちんげん菜 にんじん 油 砂糖 淡口しょうゆ みりん 冷鶏肉 ささがきごぼう にんじん 土しょうが 押し麦 たまねぎ 洋風ブイヨン オリーブ油 牛乳 豆乳 塩 赤みそ こしょう	冷豚肉(もも) 糸こんにゃく はくさい 春菊 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 冷さわら 白みそ 赤みそ みりん 料理酒 砂糖 さつまいも 揚げ油 砂糖 みりん しょうゆ いり黒ごま にんじん 冷うすあげ 干しいたけ 切干大根 油 しょうゆ 砂糖 みりん 削りぶし	冷豚肉(もも) にら にんじん たまねぎ にんにく 土しょうが 油 中華ブイヨン ごま油 りんごピューレ コチジャン 砂糖 料理酒 しょうゆ 塩 こしょう 冷シューマイ 冷ベーコン クリームコーン缶 パセリ にんじん たまねぎ 冷液卵 中華ブイヨン 淡口しょうゆ 塩 片栗粉	冷チキンハンバーグ 冷大根おろし しょうゆ 砂糖 みりん 料理酒 片栗粉 冷鶏肉 ねじりこんにゃく たけのこ水煮 洗いごぼう 焼ちくわ にんじん 砂糖 油 みりん しょうゆ 削りぶし 料理酒 大豆水煮 かえりちりめん 小麦粉 揚げ油 砂糖 しょうゆ みりん いり白ごま 片栗粉 はくさい にんじん 冷うすあげ 砂糖 みりん 淡口しょうゆ 削りぶし
こんだて	25 ごはん・牛乳 ポークカレーライス 堺のめぐみコロッケ 鶏肉とキャベツのソテー	26 ごはん・牛乳 いわしのかば焼風 白みそおでん すまし汁	27 ごはん・牛乳 チキン南蛮 千切りイリチー キャベツと小松菜のソテー もやしのごま風味	28 ごはん・牛乳 ピリッと厚揚げ 赤魚の野菜あんかけ みそ汁	29 ごはん・牛乳 豚肉のみそマヨガーリック焼き 高野豆腐の卵とじ 三色おひたし おかかこんにゃく
おかずの内容	冷豚肉(もも) 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 冷コロッケ 揚げ油 冷鶏肉(もも) キャベツ にんにく にんじん 油 淡口しょうゆ 料理酒 塩 こしょう	冷いわし 揚げ油 砂糖 みりん しょうゆ 片栗粉 うずら卵缶 三角切こんにゃく 大根 じゃがいも 焼ちくわ 冷厚揚げ 砂糖 淡口しょうゆ みりん 白みそ だし昆布 削りぶし 小松菜 えのき茸 にんじん たまねぎ ふ 淡口しょうゆ 塩 みりん だし昆布 削りぶし	冷鶏から揚げ 砂糖 レモン汁 酢 しょうゆ タルタルソース 冷豚肉(もも) つきこんにゃく 土しょうが にんじん 焼かまぼこ 切干大根 乾昆布 油 しょうゆ 砂糖 みりん 塩 削りぶし 冷ポンレスハム キャベツ 小松菜 にんじん 油 しょうゆ 塩 こしょう 冷焼豚 にら 緑豆もやし 油 いりすり白ごま しょうゆ 塩 こしょう 砂糖	冷豚肉(もも) 料理酒 しょうゆ たけのこ水煮 はくさい にら にんじん 冷厚揚げ 干しいたけ 油 中華ブイヨン しょうゆ 豆板醤 砂糖 料理酒 ガーリック こしょう ごま油 片栗粉 冷赤魚 揚げ油 ピーマン たまねぎ 油 酢 しょうゆ 砂糖 片栗粉 青ねぎ にんじん たまねぎ じゃがいも 赤みそ 白みそ 削りぶし	冷豚肉(ロース) にんにく たまねぎ じゃがいも 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 にんじん たまねぎ 高野豆腐 冷液卵 砂糖 みりん 淡口しょうゆ 削りぶし はくさい ちんげん菜 にんじん 淡口しょうゆ 砂糖 削りぶし ねじりこんにゃく 粉かつお 油 砂糖 みりん しょうゆ