

中学校給食 平成28年9月献立表

八尾市教育委員会

おはしやスプーンを忘れずにお持ち下さい。



マークがある日はスプーンがあると食べやすいです。

2日(金)ポリフェノールのナスニン



マーボーなす えびシウマイ
大学芋 バンサンズー

5日(月)鮭に含まれるビタミン



鮭の塩焼き・キャベツとたくあん炒め物
ちくわの磯辺揚げ 筑前煮 みそ汁

6日(火)夏野菜で元気モリモリ



夏野菜カレー れんこんの炒め物
コーンひじき バインゼリー

7日(水)豚肉と厚揚げでおいしさアップ



厚揚げの五目炒め煮 切り干し大根の炒め物
いかのフリッター ツナマリネ

8日(木)小学校の人気献立登場



あぶたま丼ぶり 鶏肉の照り焼き
昆布の佃煮 キャベツのおかか和え

9日(金)牛肉たっぷり「ブルコギ」



ブルコギ おからのサラダ
じゃこナッツ わかめスープ

12日(月)人気献立焼きそば



焼きそば いわしのマリネ
小松菜とツナの炒め物 ヨーグルト

13日(火)ちよっぴりチリッと辛い味



鶏肉のチリソースかけ れんこんえだまめ
チンゲンサイのナムル 小魚アーモンド

14日(水)和食の定番



肉じゃが 厚揚げのみそだれかけ
いんげんのごま和え きゅうりのピリ辛漬け

15日(木)お月見献立



さばのみそ煮風・添え野菜 五目豆
里芋のゆずあんかけ 梅マツタケ

16日(金)夏バテ予防



ドライカレー 鶏肉のカシューナッツ炒め
スイートパンプキン じゃがいものスープ

20日(火)色とりどり八宝菜



八宝菜 揚げぎょうざ
じゃこピーマン 中華サラダ麺

21日(水)洋食の人気献立



ハンバーグ・添え野菜 ジャーマンポテト
小松菜のソテー ヨーグルト

23日(金)マリネの“カ”



白身魚のマリネ ポークビーンズ
なすの炒め物 マカロニサラダ

26日(月)みんなに人気!!唐揚げ!!



鶏肉のからあげ(おろしソース)
切り干し大根のナムル
キャベツの炒め物 すまし汁

27日(火)疲れた体も甘酢で元気に



肉団子の甘酢あんかけ 厚揚げのキムチ煮
里芋の煮物 中華和え

28日(水)ごまパワーで活力アップ



青菜と豚肉のごま風味炒め
ウイカーとキャベツのソテー かぼちゃのそぼろあんかけ
きゅうりとわかめの酢の物

29日(木)みそは医者いらず



鶏肉の味噌炒め じゃがいもの煮物
いかのら-クック炒め ごぼうサラダ

30日(金)栄養満点クリームスパゲティ



チンゲンサイのクリームスパゲティ オムレツ
アスパラコーン 鶏ささみのサラダ



〈9月に実施する給食の予約締切り〉 ※マークシートの予約期間は、夏休みをはさむため通常と異なりますのでご注意ください※

マークシート:7月1日~20日(終業式) インターネット:8月1日~20日

9月16日~30日の給食は9月5日(月)までインターネットによる予約が可能です。