

中学校給食 平成28年11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。

1日(火) 肉の旨みたっぷり



すきやき風煮 わかさぎのフリッター
五目豆 みかん

2日(水) ぷりぷりのえびかつ



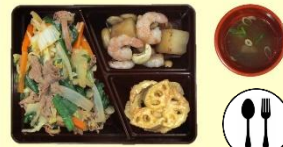
エビカツ・添え野菜
きのこと小松菜のバター醤油炒め
かぼちゃのそぼろ煮 きゅうりとわかめの酢の物

4日(金) みんなに人気、からあげ



鶏肉の揚げ照り煮・切干大根の炒め物
干草焼 チンゲンサイのソテー みそ汁

7日(月) 韓国風ランチ



ビビンバ えびのカシューナッツ炒め
甘辛れんこん 中華スープ

8日(火) ごまみそで
コク、たっぷり



ごまみそチキン 野菜炒め
おからサラダ ミックスビュル

9日(水) 大豆入りマーボー豆腐



マーボー豆腐 じゃがいも中華炒め
いかのフリッター パンサンズー

10日(木) 和食感じる給食



さばのみそ煮風・添え野菜 筑前煮
高野豆腐のふくめ煮 白菜の梅おかか和え

11日(金) 給食で人気、
カレーライス



ポークカレー チキンナゲット
キャベツとツナの炒め物 ヨーグルト

14日(月) ケチャップソースのハンバーグ



ハンバーグ・ホレフライ 牛肉とれんこんの金平
いんげんのごま和え すまし汁

15日(火) とろりあったか甘酢あん



白身魚の甘酢あんかけ 春雨の炒め物
里芋の煮物 厚揚げのさっぱり和え

16日(水) ヨーグルトは
縁の下の力持ち



スパイラル・添え野菜 ツナと野菜のソテー
ごぼうサラダ ブロッコリーのお浸し

17日(木) 秋が旬のさんま



さんまの蒲焼風・添え野菜
パプリカの塩こん炒め こんにやくのおかか煮
チンゲンサイの和え物

18日(金) ごはんがすすむ
ブラウンシチュー



ブラウンシチュー いかナゲット
中華風はりはり漬け みかん

21日(月) キャベツと豚肉
で胃腸も活発に



キャベツと豚肉の洋風炒め れんこんの金平
さつまバター みそ汁

22日(火) 酢のパワー



鶏肉の南蛮漬け じゃがいもの磯風味
切り干し大根の炒め煮
ニラとほうれん草のナムル

24日(木) 旬の食材たっぷり



鮭とねぎのクリーム煮 オムレツ
ウィンナーポテト コーンサラダ

25日(金) 牛肉とごぼう
で元気なからだ



牛肉とごぼうの卵とじ 人参の金平
じゃこナッツ すまし汁

28日(月) みんなに人気!
ミートスパゲティ



ミートスパゲティ 鶏肉のレモンソースかけ
キャベツのソテー ヨーグルト

29日(火) トンじゃが じゃがいも



豚じゃが 厚揚げのおろしソースかけ
わかめとツナのごま炒め 白菜の酢の物

30日(水) 秋においしい
きのこのあんかけ



揚げ魚のきのこあんかけ
牛肉と小松菜のオイスター炒め
ひじきの煮物 キャベツとカラフルのマリ

〈11月に実施する給食の予約締切り〉 ※予約開始は10月1日(土)からです。

マークシート:10月14日(金) インターネット:10月20日(木)

11月16日~30日の給食は11月5日(土)まで、インターネットによる予約が可能です。