

# 中学校給食 平成29年2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(水)ごま香る炒め物



ごぼうと豚肉のごま風味炒め  
ちくわの磯辺揚げ かぼちゃのそぼろ煮  
フルーツミックス

2日(木)からだポカポカ  
あったかシチュー



クリームシチュー オムレツ  
じゃこナッツ 白菜のさっぱり和え

3日(金)節分献立



いわしの蒲焼き風・添え野菜  
牛肉と根菜のおかか炒め 五目豆  
かぶらのみそ汁

6日(月)中華風ランチ



厚揚げとうずら卵の五目炒め煮  
揚げぎょうざ 春雨の炒め物 中華スープ

7日(火)パザル<sup>®</sup>-ストを  
包んだ白身魚フライ



白身魚の香草フライ・パザル<sup>®</sup>  
肉団子の甘酢あんかけ 粉ふきいも  
コーンサラダ

8日(水)ごはんのにせて  
牛丼!



牛丼 白菜と卵の煮浸し  
人参とニラのピリ辛炒め  
きゅうりとじゃこの酢の物

9日(木)  
大根も中華に変身



マーボー大根 春巻き  
えびとパスタの炒め物 小松菜のサラダ

10日(金)加-粉を効かせた  
パスタの炒め物



スパイシーチキン・ブロッコリー  
ウイナとピーマンのサラダ 特製パスタ  
コンソメスープ

13日(月)さばのEPA・  
DHAで栄養満点!



さばの塩焼き・切り干し大根と卵の炒め物  
筑前煮 人参と卵の炒め物 すまし汁

14日(火)ほっこり  
トマトソース煮込み



牛肉のトマトソース煮込み 白身魚の天ぷら  
ひじきの炒め物 ヨーグルト

15日(水)塩こうじの力



鶏の塩こうじ天ぷら・ブロッコリーのかき揚げ  
豚肉と大根の煮物 金平れんこん  
きゅうりのピリ辛漬け

16日(木)和食の定番



肉じゃが いかのてり煮  
いんげんとエリンギのごま和え  
ハンパンスー

17日(金)卒業お祝い献立



富士山型コロケ 枝豆コンソメ  
かき揚げ風 かぼちゃバター  
ミソ汁たっぷりサラダ 味付けのり

20日(月)鶏とたまごで  
親子丼



親子煮 豚肉とごぼうの甘辛煮  
小松菜と卵の炒め物 かす汁

21日(火)河内の伝統料理



かしわのすき焼き きびなごの天ぷら  
昆布の佃煮 チンゲンサイのナムル

22日(水)先を見通す  
「れんこん」



牛肉とれんこんのみそ炒め  
いかと厚揚げの煮物  
小松菜の炒め物  
パスタとひじきの柚子風味

23日(木)NASAが  
認めたキヌア!!



キヌアパスタ 豆腐ナゲット  
きのご炒め コーンサラダ

24日(金)冬野菜で  
元気なからだ



冬野菜のカレー もずくのチャブチエ風  
ほうれんそうの和え物 ヨーグルト

27日(月)  
豚肉ビタミンパワー



豚肉のしょうが焼き・厚揚げのみそ煮風  
大根の洋風煮 パスタのおかか和え  
いわしの団子汁

28日(火)洋食献立



鮭のみそマヨネーズかけ・添え野菜  
パスタとれんこんの炒め物  
ブロッコリーの和え物

〈2月に実施する給食の予約締切り〉 ※予約の開始は1月1日(日)からです。

マークシート:1月13日(金) インターネット:1月20日(金)

2月16日~28日の給食は2月5日(日)までインターネットによる予約が可能です。

