

中学校給食 平成29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(水)肉のうまみ
たっぷり



すき焼き風煮 ちくわの磯辺揚げ
きのこと小松菜のバター醤油炒め みかん

2日(木)
ぷりぷり☆えびカツ



えびカツ・添え野菜 ジャーマンポテト
五目豆 大根の酢の物

6日(月)栄養満点!
ピビンバ



ピビンバ えびのカシューナッツ炒め
人参しりしり ヨーグルト

7日(火)ごろごろ野菜の
筑前煮



筑前煮 コーンコロケ
高野豆腐の含め煮 白菜の梅おかか和え

8日(水) 中華風ランチ



マーボー豆腐 じゃがいもの中華炒め
えびしゅうまい パンサンスー

9日(木)ごまみそで
“コク”あり!



ごまみそチキン 鮭の塩焼き
にらひじき 小松菜のサラダ

10日(金)大人気!
カレーライス



ポークカレー いかリングフライ
キャベツとツナの炒め物 れんこんのピクルス

13日(月)ケチャップ
ソースのハンバーグ



ハンバーグ・ポテトフライ 春雨の炒め物
いんげんのごま和え すまし汁

14日(火)とろりあったか
甘酢あん



白身魚の甘酢あんかけ 牛肉とれんこんの金平
里芋の煮物 厚揚げのさっぱり和え

15日(水)ヨーグルトで
うまみアップ



スパイシーチキン・野菜の炒め物
大根の洋風煮 大根しろなの炒め物
ごぼうサラダ

16日(木)秋が旬のさんま



さんまの蒲焼風・じゃがいもの磯風味
牛肉とこんにやくのおかか煮
ピーマンの二色炒め テンゲンサイの和え物

17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 フルーツミックス

20日(月)キャベツ+豚肉で
胃腸も活発に



キャベツと豚肉の洋風炒め ツナそぼろ
さつまバター すまし汁

21日(火)
旬の食材たっぷり



鮭とほうれん草のクリームシチュー
オムレット ウィナーポテト
コーンサラダ

22日(水) 酢のパワー



鶏肉の南蛮漬け 切り干し大根の炒め煮
昆布の佃煮 にらと小松菜のナムル

24日(金)
“いよいよほんしょく”
「和食」の日



さばの塩こうじ焼き・れんこんのおかか煮
豚肉と大根の煮物
テンゲンサイと桜えびの煮浸し みそ汁

27日(月)牛肉とごぼうで
元気なからだ



牛肉とごぼうの卵とじ 金平にんじん
じゃこナッツ フロッコリーの和え物

28日(火)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(水)
絶品 トンじゃが



豚じゃがが 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(木)秋においしい
きのこのあんかけ



揚げ魚のきのこのあんかけ
牛肉と小松菜のオイスター炒め ひじきの煮物
キャベツとカリフラワーのマリネ

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

マークシート: 10月13日(金) インターネット: 11月1日~15日の給食は10月20日(金) 11月16日~30日の給食は11月5日(日)