

# 中学校給食 平成29年6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(木) ビタミンCが豊富なれんこん



れんこんのはさみ揚げ・ホホリウ  
かぼちゃと豚肉の咖喱風味 ジャコビーマ  
ヨーグルト

2日(金) ビリ辛なすで蒸し暑さ撃退!



マーボーなす 小松菜の煮浸し  
ごま団子 中華スープ

5日(月) ごろごろ野菜の筑前煮



筑前煮 きびなごの天ぷら  
切り干し大根の炒め物 みそ汁

6日(火) みんなに人気! 焼きそば



焼きそば 卵焼き  
えびのカシューナッツ炒め 豆乳デザート

7日(水) ハンバーグで食物繊維



根菜入りハンバーグ・添え野菜  
和風ホホリウ いかのイクラ炒め  
小松菜のごま和え

8日(木) ニラはスタミナ野菜の代表選手



厚揚げとニラの炒め物 ヨーロッパ  
チカチカの炒め物 鮭とひじきのサラダ

9日(金) 「さかなへん」に「かたい」!? 鯉(かつお)



かつおのフライ・添え野菜 アスパラと牛肉の炒め物  
おからの煮物 すまし汁

12日(月) 酔の効果でさっぱり仕上げ



鶏肉の南蛮漬け 金平ごぼう  
ズッキーニとウイナの炒め物 みそ汁

13日(火) あじて「脳の活性化」!



あじの塩焼き・ハンバーグ 肉団子の甘辛煮  
チカチカのおかか和え かぼちゃサラダ

14日(水) 牛肉入り! おいしいカレー



カレーライス チキンナゲット  
ツナコーン ミックスビュル

15日(木) 中華風ランチ



八宝菜 ちくわの炒り煮  
いんげんとイカの炒め物 中華サラダ

16日(金) トマトの赤は「リビ」の赤



鶏じゃがトマト まぐろの大和煮  
小松菜とじゃこの炒め物 フルーツ

19日(月) さばは青魚の王様



さばのカレーあんかけ・添え野菜  
なすの炒め物 きこのソテー みそ汁

20日(火) よく噛んで食べると良いこといっぱい



いかのナポリ風 豚肉とキャベツの炒め物  
がんもの煮物 おくらの和え物

21日(水) 牛肉のうまみたっぷり



他人丼 白身魚の天ぷら  
チンゲンサイとさつま揚げのお浸し  
切り干し大根のナムル

22日(木) 豚肉のビタミンB1で元気いっぱい



豚肉のキャット炒め・カットトマト  
春雨の炒め物 えびしゅうまい  
小松菜の梅おかか和え

23日(金) 初登場!! 北海道の郷土料理



鮭のちゃんちゃん焼き 牛肉とごぼうの甘辛煮  
ウイナといんげんの炒め物 冬瓜のすまし汁

26日(月) 白身魚といえば、たら!!



たらフライ・じゃがたらこ ラタトゥイユ  
チンゲンサイの和え物 コンソメスープ

27日(火) 甘辛味の鶏の照り焼き



鶏肉の照り焼き・アスパラ  
ひじきの煮物 かぼちゃバター ヨーグルト

28日(水) じゃがいもはビタミンCたっぷり



じゃがいもの咖喱風味 厚揚げのおろし  
揚げぎょうざ アスパラサラダ

29日(木) 味が良いから「あじ」



あじの磯辺フライ・れんこん枝豆  
チカチカ和え キャベツと卵のピリ辛炒め  
ハンバーグ

30日(金) 小松菜の入った和風スパゲティ



和風スパゲティ 鶏肉の梅みそ焼き  
いんげんとコーンの炒め物 イリアス

〈6月に実施する給食の予約締切り〉

マークシート:5月15日(月)

インターネット:6月1日~15日の給食は5月20日(土)

6月16日~30日の給食は6月5日(月)

※予約の開始は5月1日(月)からです。

