

# 中学校給食 令和2年1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。

9日(木) お正月献立



ぶりの照り焼き・千草焼き 煮しめ  
小松菜の炒め物 雑煮

10日(金) とんかつで  
パワーアップ



とんかつ・キャベツとツナのカレー炒め  
炒めビーフン おからの煮物 ミルクプリン

14日(火) 冬にうれしい  
“おでん”



おでん さばのピリ辛煮  
枝豆しんじょう ほうれん草の和え物

15日(水) 根菜は  
食物繊維たっぷり



根菜入りハンバーグ・人参のグラッセ  
ジャーマンポテト いかのオイスター炒め  
いんげんのごま和え

16日(木) 魚を甘酢で  
おいしく食べよう!



白身魚の甘酢あんかけ 大阪しらの炒め物  
鶏そぼろ ヨーグルト

17日(金) からだぽかぽか  
クリームシチュー



花野菜のクリームシチュー オムレツ  
小松菜のバター醤油炒め キャベツのレモン和え

20日(月) ごはんもすすむ  
マーボー豆腐



マーボー豆腐 えびしゅうまい  
大学芋 かぶの和え物

21日(火)  
よくかんで味わおう!



ごぼうと豚肉のごま風味  
肉団子の甘酢あんかけ  
キャベツと卵のソテー すまし汁

22日(水) ジャがいも  
ほくほく “肉じゃが”



肉じゃが ちくわとれんこんの炒り煮  
切り干し大根とハムの炒め物  
チンゲンサイのポン酢和え

23日(木) サーモンピンクの  
“鮭フライ”



鮭フライ・バジルパゲティ 鶏肉と大根の洋風煮  
コーンひじき ほうれん草のサラダ

24日(金) 具だくさんの  
焼きそば



焼きそば 春巻き  
ブロッコリーのじゃこ炒め みそ汁

27日(月) ビタミンB1  
たっぷり “ポークカレー”



ポークカレー 野菜豆腐ナゲット  
れんこんのソテー 大根サラダ

28日(火) さばをおいしく  
塩こうじ漬け



さばの塩こうじ焼き・たけのこのおかか煮  
人参のたらこ和え  
牛肉のしぐれ煮 みそ汁

29日(水) カルシウム  
豊富な “厚揚げ”



厚揚げの炒め煮 はたはたのから揚げ  
白菜の煮物 ヨーグルト

30日(木) 人気メニュー  
“鶏肉のおろしソースかけ”



鶏肉のおろしソースかけ 野菜炒め  
里芋の田楽 ごぼうサラダ

31日(金) ほっこり  
トマトソース煮込み



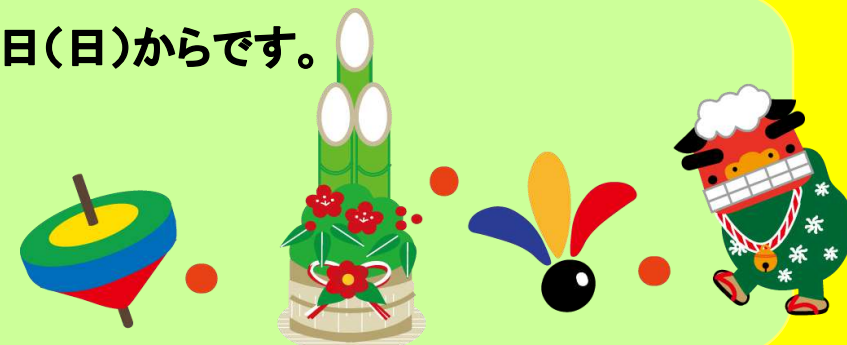
牛肉のトマトソース煮込み  
えびとチンゲンサイのオイスター炒め  
じゃこナッツ 切り干し大根の和え物

〈1月に実施する給食の予約締切り〉 ※予約の開始は12月1日(日)からです。

マークシート : 12月13日(金)

インターネット: 1月9日~15日の給食は12月20日(金)

1月16日~31日の給食は1月5日(日)



◎やむをえない事情により、献立を変更することがあります。