

2021年

# 1月 寝屋川市中学校給食献立表 (通常食)



## 始業式

11(月)		12(火)		13(水)		14(木)		15(金)	
<h3>成人の日</h3>		<ul style="list-style-type: none"> <li>牛丼</li> <li>小松菜のおひたし</li> <li>パンサンスー</li> <li>千切りたくあん</li> <li>ご飯</li> <li>牛乳</li> </ul>  <p>858kcal</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>えびカツ タルタルソース</li> <li>キャベツソテー</li> <li>マカロニのケチャップ炒め</li> <li>ポパイサラダ</li> <li>みかん缶</li> <li>ロールパン</li> <li>コーヒー牛乳</li> </ul> <p>794kcal</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>ポークカレー</li> <li>南瓜コロッケ</li> <li>ブロッコリーのソテー</li> <li>いちごゼリー</li> <li>ツナサラダ</li> <li>福神漬</li> <li>ご飯</li> <li>牛乳</li> </ul>  <p>865kcal</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>豚肉とキャベツの味噌炒め</li> <li>煮しめ</li> <li>卵焼き</li> <li>黒豆</li> <li>ご飯</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>873kcal</p>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>鰹フライ</li> <li>白菜のおひたし</li> <li>彩りこんにゃくのサラダ</li> <li>のりかつおふりかけ</li> <li>五目豆</li> <li>ご飯</li> <li>牛乳</li> <li>すまし汁</li> </ul> <p>750kcal</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>スタミナ炒め</li> <li>コーンフライ</li> <li>ポテトサラダ</li> <li>ミニぶどうゼリー</li> <li>ご飯</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>883kcal</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>ハンバーグトマトソース</li> <li>ブロッコリーのソテー</li> <li>きのこスパゲティ</li> <li>ほうれん草のサラダ</li> <li>クリームチーズスプレッド</li> <li>食パン</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>748kcal</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>豚カツ</li> <li>ポイルキャベツ</li> <li>炒り豆腐</li> <li>茎わかめのサラダ</li> <li>りんごシロップ漬け</li> <li>ご飯</li> <li>牛乳</li> <li>味噌汁</li> </ul> <p>851kcal</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>鮭の塩焼き</li> <li>じゃがきんぴら</li> <li>れんこんサラダ</li> <li>チンゲン菜の煮びたし</li> <li>牛肉のしぐれ煮</li> <li>ご飯</li> <li>牛乳</li> <li>味噌汁</li> </ul> <p>838kcal</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>関東煮</li> <li>小松菜とえびの炒め物</li> <li>春巻き</li> <li>ゆかりふりかけ</li> <li>ご飯</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>891kcal</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>ささみチーズフライ</li> <li>ポパイソテー</li> <li>ポークチャップ</li> <li>ごぼうサラダ</li> <li>パイ缶</li> <li>ロールパン</li> <li>コーヒー牛乳</li> </ul> <p>799kcal</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>ビーフカレー</li> <li>ミンチカツ</li> <li>ブロッコリーとキャベツのソテー</li> <li>みかんゼリー</li> <li>春雨サラダ</li> <li>福神漬</li> <li>ご飯</li> <li>牛乳</li> </ul>  <p>968kcal</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>肉豆腐</li> <li>ペッパーチキン</li> <li>チンゲン菜のサラダ</li> <li>豚ひじき</li> <li>ご飯</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>840kcal</p>	

※天候、交通などの食材の入荷状況により献立を変更する場合があります。ご了承ください。



※このマークがある日はスプーンをお持ちください