





2023年

1月 寝屋川市中学校給食献立表 (通常食)

		11(水)	12(木)	13(金)
		・ビーフミンチカツ ・キャベツソテー ・ポークチャップ ・白菜とツナのサラダ ・ナタデココ ・ロールパン ・牛乳 886kcal	・鮭の塩焼き ・紅白なます ・煮しめ ・卵焼き ・黒豆 ・ご飯 ・牛乳 ・すまし汁 809kcal	・豚肉とキャベツの味噌炒め ・コーンフライ ・ほうれん草のごま和え ・牛肉のしぐれ煮 ・ご飯 ・コーヒー牛乳 781kcal
16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)
・鯖の塩こうじ焼き ・れんこんのきんぴら ・鶏すき ・ポテトサラダ ・レモンゼリー ・ご飯 ・牛乳 ・味噌汁 955kcal	・牛丼 ・チンゲン菜と卵のソテー ・竹輪の磯辺揚げ ・大根の浅漬 ・ご飯 ・牛乳  891kcal	・フライドチキン ・野菜ソテー ・ミートマカロニ ・ブロッコリーとツナのサラダ ・いちごジャム ・食パン ・牛乳 881kcal	・キーマカレー ・豚カツ ・ほうれん草のソテー ・ぶどうゼリー ・ハムサラダ ・福神漬 ・ご飯 ・牛乳  938kcal	・関東煮 ・照り焼きミートボール ・小松菜ともやしの和え物 ・手作り鮭ふりかけ ・ご飯 ・牛乳 823kcal
23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)
・白身魚フライ ・キャベツソテー ・豚肉チャンプルー ・高野豆腐の煮物 ・りんごゼリー ・ご飯 ・牛乳 ・野菜スープ 854kcal	・焼肉 ・カボチャひき肉コロッケ ・春雨サラダ ・みかん缶 ・ご飯 ・コーヒー牛乳 918kcal	・ハンバーグデミグラスソース ・ジャーマンポテト ・白菜とささみのサラダ ・ブロッコリーのごま和え ・キャンディチーズ ・ロールパン ・牛乳 776kcal	・そばろ丼 ・ごぼうサラダ ・春巻き ・つぼ漬 ・ご飯 ・牛乳 ・味噌汁  933kcal	・セルフチキンライス ・オムレツ ・チンゲン菜のサラダ ・さつまいもの甘煮 ・ご飯 ・牛乳  841kcal
30(月)	31(火)	給食のない日 1年生:1/18~1/19(スキー学舎) 2年生:1/17~1/19(スキー学舎十次の日) 3年生:1/25~1/26(学年末考査)		
・チキンカツ ・キャベツと人参のソテー ・ミートスパゲティ ・ブロッコリーとハムのサラダ ・ゆかりふりかけ ・ご飯 ・牛乳 ・味噌汁 807kcal	・家常豆腐 ・茎わかめのサラダ ・揚げシュウマイ ・りんごシロップ漬 ・ご飯 ・牛乳 891kcal			

※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