献立表(中学校)

(令和8年10月分)

■は除去食
○印は米飯献立

日 / 曜日 / ブロック	1	2	5	6	7	8	9	13	14	15	16	19	20	21	22	23	26	27	28	29	30
	木	金	月	火	水	木	金	火	水	木	金	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金
1	⑫	2 レーズン	⑩	8 黒糖	⑭	⑯	5 ミニ	⑱	7 コッペ	㉑	⑰	4 コッペ	⑳	3 黒糖	⑲	⑪	6 黒糖	■⑬	1 コッペ	■⑮	9 おさつ
2	⑰	⑫	6 おさつ	■⑮	7 黒糖	⑲	⑳	9 コッペ	■⑬	2 黒糖	⑱	⑯	8 コッペ	⑪	1 黒糖	3 レーズン	⑩	4 コッペ	㉑	5 ミニ	⑭
3	5 ミニ	㉑	⑲	7 黒糖	⑳	2 コッペ	⑰	■⑬	9 コッペ	⑫	1 黒糖	⑩	■⑮	6 黒糖	⑪	4 レーズン	⑯	⑭	8 コッペ	⑱	3 おさつ
4	㉑	7 レーズン	⑰	⑫	9 黒糖	■⑮	2 おさつ	3 コッペ	⑱	8 黒糖	⑭	6 コッペ	⑲	■⑬	5 ミニ	⑩	4 黒糖	⑯	⑪	1 コッペ	⑳

献立	1 タンタンめん(肉みそ) タンタンめん(汁めん)(小麦) キャベツの中華だれかけ いり黒豆	2 なすのミートグラタン 鶏肉とキャベツのスープ ダイスゼリー (みかん)	3 豚肉のガーリック焼き コーンスープ パインアップル缶	4 ピリ辛煮 大学いも きゅうりの中華あえ	5 イタリアンスパゲッティ(小麦) サワーキャベツ スイートポテト
	6 鶏肉のチリソース焼き 焼き豚のスープ ツナとさんどまめのいためもの 発酵乳(乳)	7 鶏肉とさつまいものシチュー はくさいのピクルス りんごのコンポート	8 白身魚フリッター(小麦) スープ さんどまめとコーンのサラダ	9 いわしフライ(小麦) カレースープ ベーコンとごぼうのソテー	⑩ プルコギ トック もやしのナムル
	⑪ 玄米ご飯(調理を伴わない献立) 大豆入りキーマカレーライス キャベツのひじきドレッシング みかん	⑫ 豚肉のごまみそ焼き ふきよせ煮 焼きのり	⑬ 【除去食:卵】 ■中華丼 (卵) あつあげのピリ辛じょうゆかけ 黄桃ハーフ缶	⑭ ポークカレーライス 焼きミニハンバーグ ほうれんそうのソテー 洋なし缶	⑮ 【除去食:大豆】 ■もずくと豚ひき肉のジューシー(具) じゃがいものみそ汁 焼きれんこん
	⑯ 鶏肉の甘辛焼き かぼちゃのみそ汁 おかかなっ葉 まっ茶大豆	⑰ あげどりのねぎだれかけ 中華スープ えだまめ	⑱ 和風ハンバーグ 五目汁 金時豆の煮もの	⑲ みそカツ(米粉カツ) じゃがいもと野菜の煮もの ほうれんそうのおひたし かつおぶし(袋・ほうれんそうのおひたし)	⑳ さけのゆずじょうゆかけ みそ汁 高野どうふのいり煮
	㉑ ほっけのおろしじょうゆかけ 豚汁 くきわかめのつくだ煮 おさつチップス				

1:此花・港・西淀川・淀川・東淀川・友渕中

2:北(北稜中を除く)・都島(友渕中を除く)・福島・東成・旭・城東・鶴見

3:中央・西・大正・浪速・住之江・住吉・西成・北稜中

4:天王寺・生野・阿倍野・東住吉・平野