

令和4年度7月

中学校給食献立表（Ｂブロック）

第一中学校・庭窪中学校・八雲中学校・梶中学校・
大久保中学校・錦中学校・榑風中学校

実施日	立	名	品	実施日	立	名	品
7/1金		ごはん 牛乳 すき焼き風煮 切干大根の煮物 きゅうりのごま和え すまし汁	【米 【牛肉、糸こんにゃく、白菜、玉ねぎ、人参、油、しょうゆ、砂糖、酒 【うす揚げ、人参、切干大根、さやいんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし 【きゅうり、白ごま、しょうゆ、みりん 【豆腐、青ねぎ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ	7/11月		コーンピラフ 牛乳 照焼きハンバーグ ポイルブロックロー かぼちゃのサラダ・マヨネーズ いかのマリネ コンソメスープ	【米、玉ねぎ、コーン、人参、バター、コンソメ、塩、こしょう 【ハンバーグ、油、エリンギ、えのきたけ、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉 【ブロックロー、塩 【かぼちゃ、枝豆、人参、砂糖、塩、こしょう、マヨネーズ（小袋） 【いか、きゅうり、玉ねぎ、人参、しょうゆ、酢、砂糖、オリーブ油、塩 【ハム、白菜、コーン、コンソメ、塩、こしょう
7/4月		ツイストパン 牛乳 オムレツミートソースがけ 白身魚のバジルチーズ焼き ペペロンチーノ いか入りレッシング和え コンソメスープ	【ツイストパン 【オムレツ、豚ひき肉、玉ねぎ、油、トマトピューレ、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、塩、こしょう 【ほき、オリーブ油、粉チーズ、バジル粉、酒、塩、こしょう 【スパゲティ、枝豆、にんにく、オリーブ油、砂糖、塩、こしょう、たかのつめ 【いか、キャベツ、きゅうり、人参、酢、しょうゆ、砂糖、オリーブ油 【ウインナー、玉ねぎ、コーン、コンソメ、塩、こしょう	7/12火		ごはん 牛乳 さばのみそ焼き きんぴらごぼう オクラのおひたし 白菜とほうれん草のおかか和え すまし汁	【米 【さば、赤みそ、酒、砂糖、油 【牛肉、こんにゃく、ごぼう、人参、白ごま、ごま油、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし 【オクラ、わかめ、みりん、しょうゆ、砂糖、けずりぶし 【白菜、ほうれん草、かつおぶし、しょうゆ、みりん 【麩、えのきたけ、青ねぎ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ
7/5火		ごはん 牛乳 さけの塩焼き かぼちゃの天ぷら 筑前煮 チンゲン菜の和え物 みそ汁	【米 【さけ、酒、塩、油 【かぼちゃ、天ぷら粉、塩、油 【鶏肉、こんにゃく、人参、ごぼう、絹さや、しょうゆ、砂糖、酒、けずりぶし 【チンゲン菜、白菜、しょうゆ、みりん 【うす揚げ、玉ねぎ、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ	7/13水		ごはん 牛乳 中華焼きそば エビカツ チンゲン菜の中華和え 中華卵スープ	【米 【焼きそば、豚肉、小松菜、玉ねぎ、もやし、人参、にんにく、ごま油、しょうゆ、オイスターソース、酒、みりん、中華スープ、塩、こしょう 【エビカツ、油 【ちくわ、チンゲン菜、ごま油、しょうゆ、塩、こしょう 【卵、玉ねぎ、人参、干しいたけ、中華スープ、塩、こしょう
7/6水		ごはん 牛乳 マーボーなす あげぎょうざ きゅうりの酢の物 中華スープ	【米 【豚ひき肉、なす、ピーマン、白ねぎ、しょうが、にんにく、ごま油、しょうゆ、中華スープ、トウバンジャン、片栗粉 【ぎょうざ、油 【きゅうり、わかめ、酢、砂糖、しょうゆ、みりん 【玉ねぎ、コーン、中華スープ、塩、こしょう	7/14木		ごはん 牛乳 鶏肉のからあげ えびと野菜の炒め煮 かぼちゃの煮物 みそ汁	【米 【鶏肉、しょうが、しょうゆ、酒、砂糖、からあげ粉、小麦粉、油 【えび、キャベツ、玉ねぎ、人参、枝豆、油、中華スープ、塩、こしょう 【かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、酒、みりん 【豆腐、玉ねぎ、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ
7/7木		ごはん 牛乳 焼肉 夏野菜のかきあげ キャベツのおひたし 中華スープ	【米 【牛肉、玉ねぎ、人参、ニラ、にんにく、しょうが、白ごま、油、しょうゆ、酒、砂糖、トウバンジャン 【ちくわ、玉ねぎ、かぼちゃ、ズッキーニ、小麦粉、塩、油 【キャベツ、えのきたけ、しょうゆ、みりん、けずりぶし 【白菜、人参、中華スープ、塩、こしょう	7/15金		ごはん 牛乳 さわらのレモンマリネ あげじやごとウインナーのマスタード 炒め キャベツのサラダ コンソメスープ	【米 【さわら、塩、こしょう、片栗粉、油、玉ねぎ、赤パプリカ、レモン果汁、砂糖、白ワイン、しょうゆ、塩 【じゃが芋、油、豚肉、ウインナー、玉ねぎ、さやいんげん、油、粒マスタード、しょうゆ、砂糖、塩、こしょう 【キャベツ、コーン、人参、酢、砂糖、しょうゆ、オリーブ油、塩 【白菜、わかめ、コンソメ、塩、こしょう
7/8金		ごはん 牛乳 豚肉の生妻焼き 五目煮 もやしの和え物 すまし汁	【米 【豚肉、玉ねぎ、しょうが、油、しょうゆ、酒、砂糖、片栗粉 【大豆、ちくわ、ごぼう、人参、さやいんげん、しょうゆ、砂糖、けずりぶし 【もやし、きゅうり、酢、しょうゆ、砂糖、塩 【麩、わかめ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ	7/19火		ごはん 牛乳 夏野菜カレーライス ミンチカツ フレンチサラダ 黄桃缶	【米 【牛肉、玉ねぎ、人参、ズッキーニ、ピーマン、トマト水煮、にんにく、油、カレーフレーク、塩 【ミンチカツ、油 【キャベツ、きゅうり、コーン、人参、酢、オリーブ油、砂糖、しょうゆ、塩、こしょう 【黄桃缶

※食品のアレルゲンについてご質問がございましたら、守口市教育委員会事務局 教育部 保健給食課 までお問い合わせください。 TEL 06-6995-3156