

2025年 1月 中学校 献立表

6日 (月)	7日 (火)	8日 (水)	9日 (木)	10日 (金)
		ポークカレー コンソメスープ ホタテ風味フライ ブロッコリーのミモザサラダ (823Kcal)	鶏肉の塩麹焼き 小松菜のソテー 御飯 牛乳 200ml 竹輪のゴマ炒り煮 キャベツのツナマヨ和え (761Kcal)	麻婆豆腐 御飯 牛乳 200ml 蒸しシューマイ ばんさんすう (825Kcal)
13日 (月)	14日 (火)	15日 (水)	16日 (木)	17日 (金)
	ミラノ風ポークカツレツ 御飯 牛乳 200ml オムレツ スパサラダ (889Kcal)	≪リクエスト給食の日≫ サバの塩焼き 御飯 牛乳 200ml 肉じゃが ポン酢和え (772Kcal)	回鍋肉 御飯 卵の中華スープ 春巻き (758Kcal)	鶏肉のマーマレード焼き 御飯 牛乳 200ml 厚揚げの野菜あんかけ さつまサラダ (813Kcal)
20日 (月)	21日 (火)	22日 (水)	23日 (木)	24日 (金)
ハンバーグ 和風おろしソース スパソテー 御飯 牛乳 200ml ガーリック炒め かぼちゃのサラダ (902Kcal)	≪パンの日≫ シュガーロール バターロール きのこと肉団子のブラウンシチュー 牛乳 200ml 牛肉コロッケ 春雨サラダ (866Kcal)	肉うどん 牛乳 200ml 揚げギョーザ レタスサラダ (731Kcal)	魚のタルタル焼き 御飯 牛乳 200ml 豚肉と野菜の塩だれ炒め チンゲン菜のけずり和え (723Kcal)	鶏もも肉の唐揚げ 御飯 牛乳 200ml 厚焼き卵 白菜の磯辺和え (766Kcal)
27日 (月)	28日 (火)	29日 (水)	30日 (木)	31日 (金)
ジャンバラヤ コンソメスープ メンチカツ マカロニサラダ (796Kcal)	肉豆腐 御飯 牛乳 200ml ポテトフライ キャベツのゆかり和え (866Kcal)	魚の磯辺揚げ 御飯 牛乳 200ml 白菜のそぼろ炒め 小松菜のごま和え (772Kcal)	豚肉と野菜のポン酢炒め 御飯 牛乳 200ml クリーム煮 チンゲン菜のおひたし (847Kcal)	鶏肉の照焼井 牛乳 200ml コーンコロッケ サラダ (820Kcal)