



7月 こんだてよていひょう

宍粟市立ちくさ学校給食センター
TEL: 76-8181

牛乳は、毎日あります!

宍粟市食育スローガン

「おいしそう!

宍粟のめぐみ

食べようでえ!



1 (月)

ごはん
たまごスープ
チキンなんぼん
だいこんサラダ

2 (火)

たこめし
あげ豆腐の
ごもくあんかけ
わかめのすのもの
バレンシアオレンジ

3 (水)

ごはん
やさいスープ
とりにくのトマトソースかけ
ポテトビーンズ

4 (木)

ごはん
ちゅうかスープ
はるまき
じゃこピーマン
ミディトマト

5 (金)

ちらしずし
たなばたじる
かきあげ
ごしきめえ

8 (月)

キャロットピラフ
ミートスパゲティ
やさいのカツユムめえ
とうもろこし

9 (火)

あなごとかほちゃ
のてんどん
もずくのすましじる
れいしゃぶサラダ

10 (水)

ごはん
ぶたにくとあつあげの
みそいため
とびうおのなんぼんづけ
やさいのかわりづけ

11 (木)

なつやさいカレーライス
アメリカンサラダ
すいか

ひょうごけんさん
兵庫県産
100%

12 (金)

ふるさと献立
ごはん
うまに
にぎすのてんぷら
きゅうりのごまめえ

16 (火)

もろこしごはん
やきうどん
とりにくのレモンづけ
こまつなサラダ

17 (水)

ごはん
なつやさいの
いために
あじのフライ
わふうサラダ

18 (木)

オムライス
きゃバツとじゃがいも
のスープに
みかんゼリー



夏採み甲も「草履・草
起き・朝ごはん」で、
生活リズムを整えて完
気に過ごしましょう♪
2学期の給食は9月
3日(火)からです!

