

令和元年

10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

宍粟市食育スローガン:「^{おい}美味し^{しそ}う! 宍粟の^ためぐみ 食べようでえ!

牛乳は、
毎日あ
います!

ひょうごけんさん
兵庫県産
100%

4 (金)
ごはん
はるさめスープ
しゅうまい
やさしいため

7 (月)
ごはん(すくなめ)
やきうどん
とうふのおとしめげ
ゴマドレサラダ

8 (火)
スタミナチャーハン
わかめスープ
はるさめとひじきの
あえもの
ぶどう

9 (水)
カツカレーライス
そうめんサラダ
みかん

10 (木)
ナン
チキンスープ
チリコンカン
ゆでやさしい

11 (金)
いわしのがばやきどんぶり
とうふじる
きゃべつのごま
ずあえ

15 (火)
ごはん
けんちんじる
メンチカツ
わふうサラダ

16 (水)
ごはん
きゃべつとじゃがいも
のスープに
さけのマスタードやき
やさしいきのこのソテー
なし

17 (木)
ごはん
キムチなべ
とりにくのからあげ
だいこんナムル

18 (金)
とりめし
さわにわん
さつまあげ
やさしいのかわり揚げ
くらだいずの
えだまめ

21 (月)
ごはん
さつまじる
とりにくのおうごんやき
しゃきしゃきやさしいの
うめこんぶあえ

23 (水)
ごはん
れんこんスープ
まめめじのカレーマリネ
きりぼしだいこん
のソテー

24 (木)
ごはん
ポトフ
オムレツ
はくさいサラダ

25 (金)
ごはん
にんじんのポタージュ
かつおのバーベキューソース
こまつなサラダ

28 (月)
ごはん
なめこじる
さばのたつたあげ
きんぴらごぼう
りんご

29 (火)
ごはん
はっほうさい
ちゅうかサラダ
だいがくいも

30 (水)
やきとりどんぶり
はちじる
もずくとやさしいの
すのもの

31 (木)
ごはん
あきやさしいツチュー
ハムのマリネ
かき