



こんだてよていひょう



2(月)

たきこみごはん
きつねうどん
れんこんのごまあえ

3(火)

ごはん
ポトフ
たらのバーベキューソース
こまツナサラダ

4(水)

ごはん
わかめスープ
やきにく
はるさめナムル

5(木)

ふるさと献立
ごはん
はくさいスープ
とりにくのゆずみそやき
ひじきとれんこんのサラダ
みかん

兵庫県産
100%

9(月)

ごはん
はくさいのクリームに
とりにくのゆずがあえ
かいそうサラダ

10(火)

ちゅうかどんぶり
はたはたのいそバあげ
きりばしだいこんのちゅうかあえ
りんご

11(水)

ごはん
ぶたじる
さばのしおこうじやき
きんぴらごぼう

12(木)

ごはん
とりにくとだいずの
ケチャップに
だいこんサラダ
スイートスプリング(みかん)

13(金)

しこくまいごはん
かすじる
さけのホイルやき
にびたし

16(月)

キムチごはん
ちゅうかスープ
とりにくのからあげ
ピリからだいこん

※高校のみアセロゼリーと
ジョア(プレーン)があります。

17(火)

ふゆやさいかレーライス
やさいのカルシウムあえ
べにまどんな(みかん)

※小・中学校の牛乳は、
23日以外毎日あります！

18(水)

ごはん
おろしスープ
さつまいもコロッケ
やさいのにくみそあえ

19(木)

食育の日
もみじごはん
みそしる

宍粟市産
100%

20(金)

ごはん
ちくぜんに
したびらめのからあげ
そくせきづけ

23(月)

ピラフ
かぼちやのツチュー
フライドチキン
ゆでやさい
アセロゼリー
ジョア(プレーン)

