



# 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

令和3年

★まだまだ水は冷たいですが、いただきます！



の前に石けんを使ってしっかり手を洗いましょう!!!

※牛乳は、毎日あります！

1 (月)

たきこみごはん  
ばちじる  
さばのおろしソース  
やさいのからしあえ

2 (火)

ごはん  
けんちんじる  
いわしのピリからソース  
もやしとあおなごのそぼろあん  
せつぶんまめ

3 (水)

ごはん  
やきうどん  
とりにくのレモンづけ  
かぶのサラダ

4 (木)

チキンカツどんぶり  
ごしきあえ  
いちご

5 (金)

ごはん  
はくさいのクリームに  
たらのパセリソース  
わふうサラダ

8 (月)

ちゅうかおこわ  
ワンダンスープ  
ユーリンチー  
やさしいため  
せとが(みかん)

9 (火)

ごはん  
あじっけのり  
かすじる  
あまごのしおやき  
ごもくきんぴら

兵庫県産  
100%

10 (水)

ふるさと献立  
やきにくどんぶり  
やさいスープ  
ひじきとれんこんのサラダ

12 (金)

カレーライス  
ツーフードマリネ  
みつまめ

15 (月)

ごはん  
オニオンスープ  
きゅうにくのケチャップいため  
だいこんサラダ  
デコポン(みかん)

16 (火)

ごはん  
しおこうじにくじゃが  
ハタハタのカレーフライ  
きゃべつのごまあえ

17 (水)

ごはん  
かきたまじる  
たいのあまごあえ  
きりぼしだいこんのソテー

18 (木)

ごはん  
もずくスープ  
はるまき  
ホイコーロー

しとうしさん  
宍粟市産  
100%

19 (金)

食育の日

くろまめごはん  
みそしる

22 (月)

ごはん(すくなめ)  
カレーうどん  
とうふのおとしあげ  
はくさいサラダ

※高校のみ味付けのい  
があります。

24 (水)

ごはん  
はっほうさい  
てばさきのしおやき  
はるさめサラダ

25 (木)

ごはん  
とりにくとだいずの  
ケチャップに  
ツナとわかめのサラダ  
はるみオレンジ

26 (金)

ごはん・あじっけのり  
のっぺいじる  
みそマヨやきざかな  
うのはないり