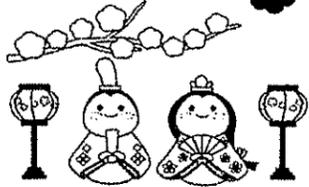


令和3年
* 3月 *

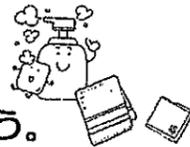
こんだてよていひょう

宍粟市立ちくさ学校給食センター TEL:76-8181



さむ 寒くても あつ 暑くても、せつ 石けんをつか 使ってしっかり て 手をあら 洗い

せいけつ 清潔なハンカチでふきましょう。



3月は、しめくいの月
です。1年間の食生活を
見直し、新しい学年や学
校におけて、最後の月を
元気にすごしましょう！

1(火)
ごはん
やさいわん
ますのちゃんやき
おひたし
かんぱい(オレンジ)

2(水)

牛乳は、毎日あります！

ごはん
はるさめスープ
タッティギム
ちんげんさいのいためもの
ミディトマト

3(木)

ちらしずし
あげどうふの
ごもくあんかけ
すみそあえ
ひなあられ

4(金)

ふるさと献立

ぎゅうどん
かきあげ
はりはりづけ

ひょうごけんさん
兵庫県産

100%

7(月)

ごはん
れんこんスープ
したびらめのカレーあげ
やさいのパピロン
いため

8(火)

ごはん
やさいスープ
わふうサイコロステーキ
こんにやくサラダ
マゴットオレンジ

中学3年生は
アセロラゼリー
があります。

9(水)

ごはん(すくなめ)
とうふじる
おこのみやき
ゆでたまごサラダ

10(木)

じゃこチャーハン
にくだんごスープ
れんこんのこうみいため
デコポン(みかん)

11(金)

ごはん(すくなめ)
しおやきうどん
さけのレモンソース
わふうサラダ

14(月)

ごはん
コンソメスープ
グラタン
やさいのCaあえ

15(火)

いわしのかばやきどんぶり
けんちんじる
きやべつのごますあえ

16(水)

カツカレーライス
ビーンズサラダ
きよみオレンジ

17(木)

ごはん(すくなめ)
あんかけラーメン
はるまき
ちゅうかあえ

しづかしさん
宍粟市産

100%

18(金)

食育の日

だいずだいにんごはん
みそしる

22(火)

ごはん
おろしスープ
ツナコロッケ
やさしいため

23(水)

オムハヤシ
だいにんサラダ
アセロラゼリー