

令和4年



11月 こんだてよていひょう

宗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!



みずが冷たくても、せっけんを
つかってしっかり手を洗い、
菌やウイルスを体の中に入
れないようにしましょう。

1 (火)
ちゅうかじんぶり
はるさめサラダ
だいがくいも

2 (水)
ごはん
おでん
したびらめのたつたあげ
やさいのからしあえ

4 (金)
あきやさいかレーライス
いかのマリネ
みつまめ

8 (火)
ざっこくまいりごはん
さつまじる
まめあじのごまからめ
こんぶサラダ
りんご

9 (水)
しょうかごはん
みぞれあんかけうどん
かきあげ
ごしきあえ

10 (木)
ごはん
さつまいものクリームスープ
とりにくのフカヒゲジャコ
かいそうサラダ

11 (金)
あきのかおりごはん
ばちじる
あまごのしおやき
うのはないいり
みかん

14 (月)
このはどんぶり
こんさいのあまからあげ
やさいのりずあえ

15 (火)
ごはん
やさいスープ
ぎゅうにくのケチヤップいため
スイートポテトサラダ

16 (水)
ごはん
きのこのすましじる
もみじやきさかな
だいこんのそぼろあん

17 (木)
ごはん
チャウダー
チキンフライ
コールスローサラダ
ラフランス

18 (金)
食育の日
さつまいもごはん
みそしる

しろうしさん
宗粟市産
100%

21 (月)
ごはん
とうふじる
ふたとあおなのみんク
れんこんつくね
りんご

22 (火)
ごはん
ビーフツチュー
ししゃものフライ
こんにやくサラダ

24 (木)
ごはん・あじうけのり
けんちんじる
れんこんつくね
わかめのポーンずあえ
かき

ひょうごけんさん
兵庫県産
100%

25 (金)
ふるさと献立
ごはん
すきやき
はたはたのからあげ
だいこんのあますあえ

28 (月)
ごはん
みそもやしスープ
とりにくのからあげ
だいこんサラダ

29 (火)
ごはん
たまごスープ
チヤブチエ
ナムル
みかん

30 (水)
ごはん
とうにゅうふたじる
さけのポイルやき
きんぴらごぼう