

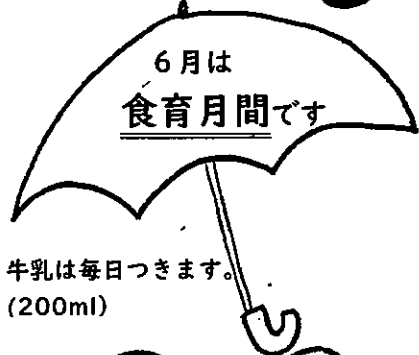
令和8年

6月

3つんたてよていひょう

宍粟市立ちくさ学校給食センター

TEL: 76-8181



6月は
食育月間です

牛乳は毎日つきます。
(200ml)

6日(土)
カレーライス
だいずサラダ
パイナップル

16日(火)
ふるさとこんだて (兵庫県産の日)
ごはん
ぶたにくとあつあげの
みそいため
あゆのしおやき
すのもの

24日(水)
ごはん (すくなめ)
やきうどん
にしんのレモンソース
こんぶサラダ

1日(月)
ごはん
かぶのピリからそぼろに
はまちのてりやき
ツナとわかめのサラダ

9日(火)
ごはん (すくなめ)
きざみあげうどん
とりにくのよしのあげ
しばづけ

17日(水)
もちおぎごはん
たきあわせ
ほたるいかのからあげ
げんきひやくばい
サラダ

25日(木)
ごはん
あげどりとだいずの
にもの
おかひじきのサラダ
メロン

2日(火)
ごはん
しおこうじトマト
にくじゃが
とりにくのみそやき
ゆばのサラダ

10日(水)
なめし
いとかんてんのスープ
とうふのおとしあげ
じゃがいもの
しおきんぴら

18日(木)
ハヤシライス
きりぼしだいこんの
サラダ
すいか

26日(金)
ごはん
とうふのちゅうかに
しいらのあまずあえ
ズッキーニのいためもの

3日(水)
ごはん
キムチトッポギスープ
プルコギ
チョレギサラダ

11日(木)
タコライス
わかめスープ
ジュシーフルーツ

19日(金)
食育の日こんだて (宍粟市産の日)
ぎゅうにくごはん
(おおめ)
みそしる

29日(月)
パセリライス
チキンスープ
あじのオレンジソース
ひやおぎサラダ

4日(木)
あなごごはん
こうやどうふのあんかけ
カルシウムたっぷり
サラダ
ヨーグルト

12日(金)
ごはん
とんじゃが
かますのてんぷら
すみそあえ

22日(月)
ごはん
やさいととうにゅうの
クリームスープ
ズッキーニのグラタン
くきわかめの
いためもの

30日(火)
みそカツどんぶり
はるさめスープ
ジュシーフルーツ

5日(金)
ごはん
やさいの
しょうゆこうじに
いわしのかばやき
そうめんサラダ

15日(月)
ごはん
なつやさいのにもの
さわらのしょうゆこうじ
ソース
うのはないり

23日(火)
パエリア
レタスのスープ
ぶたにくの
マーマレードいため
フライドポテト

給食当番の人は
清けつなエプロン・三角巾
(帽子)・マスクを身につ
けましょう。
食事の前には手をきれい
にあらいましょう。