

きゅうしよくだより



10月

香美町立香住学校給食センター TEL36-0686

月	火	水	木	金
<p>10月10日 目の愛護デー</p>	<p>1</p> <p>ごはん、牛乳 あぶたま汁 鶏のネギみそ焼き ゆばサラダ のり佃煮</p>	<p>2</p> <p>かぼちゃときのこのカレー 牛乳 (麦ごはん) 鶏ハンバーグ ドレッシングサラダ</p>	<p>3 ★カミカミ★</p> <p>ごはん、牛乳 キャベツとじゃが芋のみそ汁 山ガレイのから揚げ ピーマンの塩昆布あえ</p>	<p>4</p> <p>ごはん、牛乳 ワントンスープ アジフライ・ソース ピリ辛ブロッコリー</p>
<p>7 ★カミカミ★</p> <p>ごはん、牛乳 親子煮 SKS[®]キヌスティック (2・3) 大豆サラダ みかん</p>	<p>8</p> <p>ごはん、牛乳 ミネストローネ ささみのアーモンド揚げ ひじきサラダ</p>	<p>9</p> <p>ごはん、牛乳 マーボー豆腐 2色シューマイ (豚・えび) 海藻サラダ</p>	<p>10 ★体育の日★</p> <p>手巻きずし (のり、 卵焼き、ツナサラダ チキンウィナー) 牛乳 沢煮わん</p>	<p>11</p> <p>ごはん、牛乳 ウィンナーと野菜のスープ煮 ほうれん草グラタン ビーンズサラダ</p>
<p>14</p> <p>体育の日</p>	<p>15</p> <p>但馬牛麦ごはん、牛乳 もずくスープ かぼちゃサンドフライ キャベツのしそあえ 《地元産但馬牛肉普及事業》 「もおう〜と食べよう但馬牛」</p>	<p>16</p> <p>ごはん、牛乳 ばち汁 サバのみそ煮 たくあんの3色あえ</p>	<p>17</p> <p>ごはん、牛乳 豚汁 はんぺんの磯辺揚げ W芋のコロコロサラダ 昆布佃煮</p>	<p>18</p> <p>チキンカレー (麦) 牛乳 スペイン風オムレツ ごぼうサラダ 洋ナシゼリー</p>
<p>21</p> <p>板仕野米ごはん、牛乳 じゃぶ 焼きハタハタ アーモンドあえ 《香美町魚食普及事業》 魚の日</p>	<p>22 即位礼正殿の儀</p>	<p>23</p> <p>ごはん、牛乳 エビボールスープ 鶏の照り焼き 梅かつおあえ</p>	<p>24</p> <p>ポークハヤシライス (麦) コーンフライ、牛乳 カラフルサラダ 梨</p>	<p>25</p> <p>ごはん、牛乳 豚とわかめのスープ 春巻き ニラともやしのナムル</p>
<p>28 ★カミカミ★</p> <p>ごはん、牛乳 八宝菜 トビウオのから揚げ ひじきとゆばのふりかけ</p>	<p>29</p> <p>ごはん、牛乳 魚そうめん汁 キャベツ入り平つくね きんぴらごぼう 納豆</p>	<p>30</p> <p>揚げパン 牛乳 さつま芋シチュー ほうれん草とコーンのあえ物 幼小ミックスナッツ[®]チーズ</p>	<p>31</p> <p>かのにほほえみごはん 牛乳 みそうずらおでん キスの利休揚げ 小松菜のごまあえ</p>	<p>こんにちは 10月は新米が2回出るよ。お楽しみに！ ぼくがついている日は、町内産の魚や但馬牛の肉が出るよ。</p>



10月は兵庫県の「ひょうご食育月間」です。

食べ物を通じて実りの季節を感じ、農産物の恩恵に感謝して、みんなで食育に取り組みましょう。

10月の献立より

10日 手巻きずしは、ごはんがたくさん食べられるメニューです。
ごはんを食べてスタミナづくり!!

21日 板仕野米は村岡区の新米です。
31日 かのにほほえみは香住区の新米です。
★小代区の武勇田米はイノシシが田んぼを荒らしたため、収穫量が少なかったそうで、今年使わないことにしました。



ジオンくん