

2019年

# 10月給食たより



香美町立小代学校給食センター (97-2014)

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
<p>ジオンくんがついている日は、町内産の魚やイカ、但馬牛などができるよ！ お楽しみに★</p> 	<p>1 <b>カミカミ</b></p> <p>ごはん 牛乳 揚げ干しカレー 海そうサラダ カレータンメンスープ</p> 	<p>2</p> <p>ピビンバ 牛乳 ゆかりあえ わかめスープ りんご</p>	<p>3</p> <p>ごはん 牛乳 ハムエッグ チーズと野菜のサラダ エビボールスープ</p>	<p>4</p> <p>ごはん 牛乳 サバのみそ煮 そうめんかぼちゃのごまあえ 沢煮わん</p>
<p>7</p> <p>ごはん 牛乳 鶏肉の照り焼き 焼きじゃがサラダ 大根のみそ汁</p>	<p>8</p> <p>ごはん 牛乳 しゅうまい 野菜の青じそ昆布あえ マーボー豆腐</p>	<p>9 <b>カミカミ</b></p> <p>但馬牛ごはん 牛乳 赤イカの天ぷら 切干大根のさっぱり炒め 田舎汁 もあ〜と食べよう但馬牛 《地元産但馬牛肉普及事業》</p> 	<p>10</p> <p>コッペパン ブルーベリージャム 牛乳 ポークピカタ にんじんときのこのたらこあえ かぼちゃのクリームシチュー</p> <p>目の愛護デー こんだて</p>	<p>11</p> <p>ごはん 牛乳 栗コロッケ 豆とひじきのサラダ おじゃがもちのみそ汁</p> <p>十三夜 こんだて</p>
<p>体育の日</p> 	<p>15</p> <p>ごはん 牛乳 タッカンジョン ツナおから ごまけんちん汁</p>	<p>16</p> <p>ごはん 牛乳 焼きハタハタ 酢の物 豚汁 魚(とと)の日給食 《香美町魚食普及事業》</p> 	<p>17</p> <p>オムライス (チキンライス、薄焼き玉子、1食ケチャップ) 牛乳 ポテトサラダ コンソメスープ</p> 	<p>18 <b>カミカミ</b></p> <p>ごはん 牛乳 エビマヨ(はんぺん入り) こんにゃくサラダ 中華スープ</p>
<p>21 <b>マナーアップ(姿勢)</b></p> <p>ごはん 牛乳 ピリからポーク 青菜と茎わかめの和え物 里芋のみそ汁</p>	<p>即位礼正殿の儀</p> 	<p>23</p> <p>板仕野米ごはん 牛乳 サンマの塩焼き 豚肉のチャプチェ さつま汁</p> <p>村岡 こんだて</p>	<p>24 <b>カミカミ</b></p> <p>ごはん 牛乳 手作り春巻き ごぼうサラダ かぶのスープ(韓国風)</p>	<p>25</p>  <p>中学2年生 リクエスト給食</p>
<p>28 <b>セレクト</b></p> <p>きのこカレーライス 牛乳 ①ツナマヨオムレツ ②ほうれん草オムレツ キャベツと大根のサラダ</p>	<p>29</p> <p>かにのほほえみ米ごはん 牛乳 ニギスのハーブフライ イカのマリネ風サラダ 豆乳スープ</p>  <p>香住 こんだて</p>	<p>30 <b>中2献立</b></p> <p>ハロウィンパーティーランチ ゆかりごはん 牛乳 ツバスのチリソース かぼちゃサラダ ミネストローネ 手作りスイートポテト</p> 	<p>31</p> <p>小代のコシヒカリごはん 牛乳 じゃがいもグラタン 野菜の唐三あえ 蝶のしずく入りスープ</p> <p>小代 こんだて</p>	<p>10月は「ひょうご食育月間」</p> 

★物資の都合により献立を変更する場合があります。★カミカミの日は、よくかんで食べる献立です。★マナーアップの日は、食事マナーを意識して食べる日です。

・こんだてについて ・今月のレシピ「ごまけんちん汁」 ・あさごはんクイズ を裏面に記載しています。ぜひお子さんと一緒に読んでください。