

# 9月 きゅうしよくだより



香美町立香住学校給食センター TEL36-0686

| 月   | 火  | 水  | 木   | 金   |
|---|--|--|---|---|
|   | <b>1</b><br>ごはん、牛乳<br>野菜たっぷり豆乳スープ<br>鶏の照り焼き<br>梅ドレッシングサラダ                                | <b>2</b><br>わかめ麦ごはん、牛乳<br>かぼちゃとごぼうのみそ汁<br>サバのみりん干し<br>小二十世紀梨<br>幼Ⓜ いちじくゼリー | <b>3</b><br>ごはん、牛乳<br>キムチスープ<br>春巻き<br>ニラとキャベツのナムル                        | <b>4</b><br>ビーフカレーライス<br>牛乳<br>海藻サラダ<br>ミックスナッツ<br>                           |
| <b>7</b><br>ごはん、牛乳<br>リボンパスタスープ<br>スクールハンバーグ<br>ビーンズサラダ       | <b>8</b><br>雑穀ごはん、牛乳<br>鶏団子汁、梅干し<br>ツバスの青のり揚げ<br>小 いちじくゼリー<br>幼Ⓜ 二十世紀梨<br><香美町 魚食 普及 事業> | <b>9</b><br>ごはん、牛乳<br>マーボー豆腐<br>サケの塩焼き<br>バンサンスー<br>                       | <b>10</b><br>ロールパン、牛乳<br>豚肉と野菜のスープ煮<br>ボイルフランク・ケチャップ<br>ほうれん草とコーンのあえ物<br> | <b>11 カミカミ</b><br>ごはん、牛乳<br>もずくスープ<br>ビッグ肉団子2・3個<br>きゅうりの梅昆布あえ<br>剣先するめ       |
| <b>14</b><br>ごはん、牛乳<br>かぼちゃのみそ汁<br>はんぺんの利休揚げ<br>わかめの酢の物       | <b>15</b><br>ごはん、牛乳<br>おじゃが団子汁<br>鶏のから揚げ(蝶のしずく)<br>ひじきと湯葉のふりかけ                           | <b>16</b><br>ナン、牛乳<br>豆入りキーマカレー<br>スペイン風オムレツ<br>フルーツヨーグルト<br>              | <b>17</b><br>ごはん、牛乳<br>高野豆腐のたまごとじ煮<br>根菜平つくね<br>枝豆と切り干しのサラダ               | <b>18</b><br>ごはん、牛乳<br>田舎汁<br>キスの変わり揚げ<br>ほうれん草のごまあえ<br><香美町 魚食 普及 事業><br>魚の日 |
| <b>21 敬老の日</b><br>  | <b>22</b><br>  | <b>23</b><br>麦菜めし、牛乳<br>春雨スープ<br>ナスとピーマンのみそ炒め<br>中華サラダ                     | <b>24</b><br>ごはん、牛乳<br>湯葉のすまし汁<br>さばみそ煮<br>ひじきサラダ                         | <b>25</b><br>ごはん、牛乳<br>とりじゃが<br>ねぎ卵焼き<br>ゆで野菜<br>ノンエッグマヨネーズ                   |
| <b>28 カミカミ</b><br>ごはん、牛乳<br>ワンタンスープ<br>じゃこと大豆の揚げ煮<br>たくあん三色あえ | <b>29</b><br>ごはん、牛乳<br>かぼちゃのそぼろ煮<br>焼きガレイ<br>切り干しの梅あえ                                    | <b>30 お月見</b><br>枝豆とコーンのごはん<br>さつま汁、牛乳<br>うさぎ型ハンバーグ<br>アーモンドあえ<br>お月見団子    | ぼくがついている日は、町内産の魚や但馬牛を使った料理がでるよ。<br>                                       |   |

今年は、いつもより短い夏休みとなりました。2学期も引き続き、感染予防を心がけながら学校生活を送ることになります。こまめな手洗いやマスクの着用だけでなく、規則正しい生活で病気に負けない体をつくることも大切です。



## 9月の給食より

香住産二十世紀梨の旬です。2日は小学校、8日は中学校と幼稚園につきます。  
 ・ピーマンやかぼちゃなどの地元産の夏野菜をたくさん使います。

・15日 鶏のから揚げは、小代区産チヨウザメから作ったしょうゆで味付けします。  
 ・30日 お月見献立  
 今年の十五夜は10月1日です。一日早いお月見です。