



月	火	水	木	金
<p>10月は兵庫県食育月間です。新米や栗、但馬牛や魚など、食べ物を通じて実りの秋を感じ、私たちの命の素である食べ物への感謝の気持ちを持ちましょう。</p>			<p><b>1</b> ごはん、牛乳 ポークビーンズ ごぼうミンチカツ ゆで野菜 1食ノンエッグタルタル</p>	<p><b>2 カミカミ</b> ごはん、牛乳 じゃぶ SKS (干しギススティック) (2・3尾) ピーマンの塩昆布あえ</p>
<p><b>5</b> ごはん、牛乳 ABCスープ ほうれん草オムレツ たまごねぎドレッシングサラダ</p>	<p><b>6</b> ごはん、牛乳 エビボールスープ 鶏のねぎみそ焼き きんぴらごぼう</p>	<p><b>7</b> ごはん、牛乳 白菜ミルクスープ ハムカツ ごぶ漬あえ</p>	<p><b>8</b> ごはん、牛乳 南瓜とごぼうのみそ汁 ハモの梅しそ天ぷら ひじき豆</p> <p>《県水産物提供事業》</p>	<p><b>9</b> ポークカレーライス 牛乳 ブロッコリーサラダ 洋梨ゼリー</p>
<p><b>12</b> 目の愛護デー献立 しそ麦ごはん、牛乳 みそうずらおでん 鶏肉とレバーのアーモンドがらめ ブルーベリータルト</p>	<p><b>13</b> 美方郡ジオメニュー かにのほほえみごはん 牛乳 田舎汁 キスのカレー揚げ 湯葉とふるさと竹輪のあえ物</p>	<p><b>14</b> ごはん、牛乳 野菜スープ ナスとトマトのグラタン ミルクおから</p>	<p><b>15 カミカミ</b> 但馬牛いっぱいビビンバ 牛乳 けんちん汁 トビウオのから揚げ</p> <p>《地元産但馬牛肉普及事業》 《香美町魚食普及事業》</p>	<p><b>16</b> わかめ麦ごはん、牛乳 真汁 淡路玉ねぎコロッケ おかかあえ</p>
<p><b>19</b> ごはん、牛乳 かきたま汁 野菜いろいろ肉団子 (2・3個) 梅かつおあえ</p>	<p><b>20</b> ごはん、牛乳 豚汁 焼きハタハタ W芋サラダ</p> <p>《香美町魚食普及事業》 魚の日</p>	<p><b>21</b> ごはん、牛乳 ビーフンスープ ビッグ揚げギョーザ 大豆もやしサラダ</p>	<p><b>22</b> ごはん、牛乳 ミネストローネ 鶏のマヨネーズ焼き キャベツとじゃこのレモンあえ</p>	<p><b>23</b> 板仕野米ごはん、牛乳 厚揚げの中華煮 2色シューマイ 味つけのり りんご</p>
<p><b>26</b> ごはん、牛乳 打ち込み汁 サンマの煮つけ 青菜のごまあえ</p>	<p><b>27</b> セルフサンド (食パン ハンバーグ、チーズ、ケチャップ) 牛乳 さつま芋のクリームシチュー カラフルサラダ</p>	<p><b>28 カミカミ</b> 小代米ごはん 牛乳 なめこ汁 山ガレイから揚げ 糸こんにゃくサラダ</p>	<p><b>29</b> 豆と五穀のごはん 牛乳 大根と豚肉のみそ炒め 野菜かき揚げ みかん</p>	<p><b>30</b> 根菜カレーライス 牛乳 ゆで卵 マカロニサラダ</p>

10月の給食より

- ・8日：ハモは瀬戸内海沿いの各漁港で、水揚げされます。京都の祇園祭には欠かせない魚です。
- ・13日：美方郡ジオメニュー…美方郡の食材を使った料理を出します。今回はキス、湯葉、ちくわを使います。
- ・15日：但馬牛いっぱいビビンバは香美町から、上等の牛肉をたくさん提供します。



ハートマークの日は、新型コロナウイルスで売り上げが減少した生産者を応援するために、香美町からの但馬牛、兵庫県からのハモが出る日だよ。  
僕がついている日は、町内産の魚や但馬牛が出る日だよ。《詳しくは裏面》



ジオンくん