

10月 給食だより



香住学校給食センター
0796-36-0686

月	火	水	木	金
3 ごはん、牛乳 もずくのスープ 鶏肉のねぎみそ焼き 中華サラダ	4 かにのほほえみ米ごはん、牛乳 沢煮わん イワシのみりん干し ちくわとわかめの酢のもの 香住こんだて	5 ごはん、牛乳 コンソメスープ ハンバーグのきのこソース 野菜とチーズのサラダ	6 手巻きずし(酢飯、のり、たまごや玉子焼き、ウインナー小袋納豆)、牛乳 麩のすまし汁 ツナサラダ	7 ごはん、牛乳 キャバツと厚揚げのみそ汁 焼き菓コロッケ 大豆と切干大根のサラダ 十三夜こんだて
10 目を大切に! かぼちゃ、にんじん、ピーマン、ブルーベリー、うなぎ	11 ごはん、牛乳 豚汁 鶏肉とレバーのケチャップあえ 海藻サラダ ブルーベリークレープ 目の愛護デーこんだて	12 ごはん、牛乳 キムチスープ ほうれん草オムレツ 青菜とコーンのあえもの	13 但馬牛ごはん、牛乳 大根のすまし汁 S・K・S 干草あえ 「もおう〜と食べよう但馬牛」 《地元産但馬牛肉普及事業》	14 ごはん、牛乳 眞汁 かぼちゃひき肉フライ ひじきの炒り煮
17 ごはん、牛乳 エビボールスープ 鮭のマヨネーズ焼き おかかあえ	18 ごはん、牛乳 豚と大根の煮物 五目玉子焼き 野菜の梅昆布あえ	19 コッペパン、ジャム 牛乳 豆乳クリームシチュー ハムカツ カラフルサラダ	20 ごはん、牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい 大根と茎わかめのサラダ	21 ごはん、牛乳 じゃがいものみそ汁 ニギスのカレー南蛮 白菜のごまあえ 魚の白 《香美町魚食普及事業》
24 武勇田米ごはん、牛乳 蝶のしずくスープ みずうまみそチキンカツ ごぶ漬あえ 小代こんだて	25 さつまいもときのこのカレーライス(麦ごはん) 牛乳 ゆでたまご 寒天サラダ	26 板仕野菜ごはん、牛乳 冬瓜のみそ汁 酢豚 ごぼうサラダ 村岡こんだて	27 ごはん、牛乳 鉢伏汁 サバのみそ煮 大根の酢のもの	28 ケチャップライス、牛乳 野菜スープ タンドリーチキン ポテトサラダ ハロウィンデザート ハロウィンこんだて
31 ごはん、牛乳 ビーフンスープ ツバスのチリソース アーモンドあえ	10月は「ひょうご食育月間」です。 ひょうご 食育 兵庫の食材や郷土料理を給食に取り入れています。 ・毎日の食事に野菜料理を1皿プラス ・バランスのよい朝ごはんを1日を元気にスタート ・主食・主菜・副菜を1日2回は組み合わせよう ・環境に配慮した食育活動に取組もう ・ひょうごの食をプラス ・3密に気を付けながら、家族や友人と一緒に食事をしましょう			

★カミカミの日はよくかんで食べる献立です。

★都合により、献立を変更することがあります。