



令和8年

6月

こんだてよていひょう

宍粟市立ちくさ学校給食センター

TEL: 76-8181



6月は
食育月間です

牛乳は毎日つきます。
(200ml)

6日(土)
カレーライス
だいずサラダ
パイナップル

16日(火)
ふるさとこんだて(兵庫県産の日)
ごはん
ぶたにくとあつあげの
みそいため
あゆのしおやき
すのもの

24日(水)
ごはん(すくなめ)
やきうどん
にしんのレモンソース
こんぶサラダ

1日(月)
ごはん
かぶのピリからそぼろに
はまちのてりやき
ツナとわかめのサラダ

9日(火)
ごはん(すくなめ)
きざみあげうどん
とりにくのよしのあげ
しばづけ

17日(水)
もちむぎごはん
たきあわせ
ほたるいかのからあげ
げんきひやくばい
サラダ

25日(木)
ごはん
あげどりとだいずの
もの
おかひじきのサラダ
メロン

2日(火)
ごはん
しおこうじトマト
にくじゃが
とりにくのみそやき
ゆばのサラダ

10日(水)
なめし
いとかんてんのスープ
とうふのおとしあげ
じゃがいもの
しおきんぴら

18日(木)
ハヤシライス
きりぼしだいこんの
サラダ
すいか

26日(金)
ごはん
とうふのちゅうかに
しいらのあまずあえ
ズッキーニのいためもの

3日(水)
ごはん
キムチトッポギスープ
プルコギ
チョレギサラダ

11日(木)
タコライス
わかめスープ
ジューシーフルーツ

19日(金)
食育の日こんだて
(宍粟市産の日)
ぎゅうにくごはん
(おおめ)
みそしる

29日(月)
パセリライス
チキンスープ
あじのオレンジソース
ひやむぎサラダ

4日(木)
あなごごはん
こうやどうふのあんかけ
カルシウムたっぷり
サラダ
ヨーグルト

12日(金)
ごはん
とんじゃが
かますのてんぷら
すみそあえ

22日(月)
ごはん
やさいとどうにゅうの
クリームスープ
ズッキーニのグラタン
くきわかめの
いためもの

30日(火)
みそカツどんぶり
はるさめスープ
ジューシーフルーツ

5日(金)
ごはん
やさいの
しょうゆこうじに
いわしのかばやき
そうめんサラダ

15日(月)
ごはん
なつやさいのにももの
さわらのしょうゆこうじ
ソース
うのはないり

23日(火)
パエリア
レタスのスープ
ぶたにくの
マーマレードいため
フライドポテト

給食当番の人は
清けつなエプロン・三角巾
(帽子)・マスクを身につ
けましょう。
食事の前には手をきれい
にあらいましょう。