令和8年 11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

牛乳は毎日つきます。
(200ml)

**2日(月)**
ごはん
ちくぜんに
さんまのあげづけ
やさいのうめ
ドレッシングあえ

**4日(水)**
クファジューシー
もずくスープ
しいらのフライ
にんじんシリシリ

**5日(木)**
ごはん
はくさいのスープに
ぶたにくのりんごソース
れんこんのゆずマヨ
サラダ
はやか(みかん)

**6日(金)**
かしわめし
みそけんちんじる
まめあじのからあげ
くきわかめの
サラダ

**10日(火)**
ごはん
やさいの
しょうゆこうじに
れんこんつくね
ゆばのサラダ

**11日(水)**
ちゅうかおこわ
こうやどうふの
あんかけ
はるさめサラダ
みかん

**12日(木)**
ごはん
しおこうじポトフ
まぐろのトマトソース
うのはなサラダ

**13日(金)**
ごはん
ポークビーンズ
スパゲティーサラダ
りんご

ふるさとこんだて
(兵庫県産の日)

**16日(月)**
しょうがごはん(すくなめ)
にこみうどん
にぎすのてんぷら
かぶのそぼろあんかけ

**17日(火)**
カレーライス
だいこんサラダ
みつまめ

**18日(水)**
ごはん
さつまじる
やきほっけ
わかめのポンずあえ
りんご

**19日(木)**
コッペパン
しろはなまめのスープ
ぶたにくのマーマレード
いため
ポテトサラダ

**20日(金)**
ごはん
すきやき
たいのてんぷら
だいこんの
あまずあえ

**24日(火)**
ごはん
まごはやさしいわみそしる
あかえいのうめあえ
すのもの
かき

**25日(水)**
ごはん
だいこんの
ピリからそぼろに
あまごのしおやき
ひじきサラダ
ゆめオレンジ

**26日(木)**
ごはん
ビーフンスープ
とうふオムレツ
れんこんとこまつなの
いためもの

**27日(金)**
ごはん
たきあわせ
チキンカツの
ゆずみそかけ
そくせきづけ

**30日(月)**
ごはん(すくなめ)
あじつけのり
さらうどん
さけのカレーマヨやき
ラ・フランス