令和8年

10月 こんだてよていひょう

宍粟市立一宮波賀学校給食センター　TEL：72－0345

牛乳は、毎日あります！

1（木）
じゃこチャーハン
ビーフンのしるそば
チンジャオロース
ぶどう

2（金）
ごはん
あじつけのり
ぶたじる
さばのたつたあげ
はりはりづけ
なし

5（月）
ごはん
ばちじる
さんまのまつまえに
こんさいのあま
からあげ

6（火）
ごはん
ちゅうかスープ
はるまき
ホイコーロー

7（水）
ごはん
もずくのすましじる
ぶたにくの
しょうがやき
ポテトサラダ

8（木）
ハヤシライス
にんじんのマリネ
りんご

9（金） 兵庫県産の日
ふるさと献立
ごはん
さつまいもの
クリームスープ
あじのバジルやき
ひじきとれんこん
のサラダ

13（火）
ごはん
みそもやしスープ
ツナコロッケ
ごぼうサラダ

14（水）
とりめし
のっぺいじる
さけのホイルやき
しゃきしゃきやさい
のうめこんぶあえ

15（木）
ごはん
にんじんのポタージュ
ミートボール
マカロニサラダ

16（金）
ぶたどん
けんちんじる
ごまずあえ
かき

19（月） 宍粟市産の日
食育の日
えだまめごはん
みそしる

20（火）
あきやさい
カレーライス
こまツナサラダ
みつまめ

21（水）
ごはん
ちくぜんに
にぎすのてんぷら
すみそあえ
みかん

22（木）
パエリア
コンソメスープ
とりにくの
マーマレードに
あおのりポテト

23（金）
ごはん(すくなめ)
きざみあげうどん
さつまあげ
くろだいずの
えだまめ

26（月）
ごはん
ぶたにくと
はくさいのうまに
かますのしおやき
かぼちゃの
そぼろあん

27（火）
ごはん
やさいの
しおこうじスープ
とりときゃべつのみそ
マヨガーリックやき
ゴマじゃこサラダ
なし

28（水）
ごはん
やさいわん
みそカツ
きりぼしだいこん
のにもの

29（木）
ちゅうかどんぶり
だいがくいも
オイマヨサラダ

30（金）
ごはん
かぼちゃのスープ
チキンフライ
ゆでやさい
りんご