令和8年 10月 こんだて よていひょう

宍粟市立山崎学校給食センター　TEL ６３－００８１

1日(木)
ごはん
ばちじる
ぶたにくのしょうがやき
かんてんのサラダ
ぶどう

2日(金)
ごはん
ちくぜんに
はたはたのからあげ
ごまあえ
りんご

5日(月)
もちむぎチャーハン
はるさめスープ
シューマイ
きゃべつとみずなの
あまずあえ

6日(火)
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

7日(水)
ごはん
さわにわん
さんまのたつたあげ
こまつなサラダ

8日(木)
ちらしずし
きつねうどん
あげれんこん
ひらたねなしがき

9日(金)
ごはん
きゃべつのスープに
ぶたにくの
りんごソース
ポテトサラダ

13日(火)
秋(あき)の
きのこカレーライス
コールスローサラダ
みつまめ

14日(水)
ごはん
ぶたじる
やきさばの
しょうゆこうじかけ
こんぶサラダ

15日(木)
やきとりどんぶり
なめこじる
ごぼうサラダ

16日(金)
ごはん
にくじゃが
にぎすのフライ
おひたし

19日(月)
☆しょくいくのひこんだて☆
宍粟市産の日
えだまめごはん
みそしる

20日(火)
ごはん
かぶのクリームに
たいのエスカベーシュ
だいずサラダ

21日(水)
ごはん
ビーフシチュー
いわしの
バーベキューソース
かぶのサラダ

22日(木)
ごはん
わかめスープ
とりにくのからあげ
れんこんのきんぴら
みかん

23日(金)
くりごはん
けんちんじる
たちうおのてんぷら
くろだいずえだまめ
なし

26日(月)
ごはん
ポトフ
ミートグラタン
ツナとわかめのサラダ
ヨーグルト（中学校のみ）

27日(火)
ちゅうかどんぶり
とりにくのさっぱりに
だいがくいも

28日(水)
ごはん
はくさいスープ
さばのおろしかけ
こまつなの
そぼろあえ

29日(木)
ごはん
かきたまじる
かつおの
ケチャップソース
だいこんサラダ
りんご

30日(金)
ごはん
かぼちゃのスープ
てりやきチキン
スパゲティサラダ

第６回目の給食費の
引き落としは、
11月2日(月)
中学生 5,100円
です。

牛乳（２００ml）は、毎日つきます。