

4月こんだてカレンダー

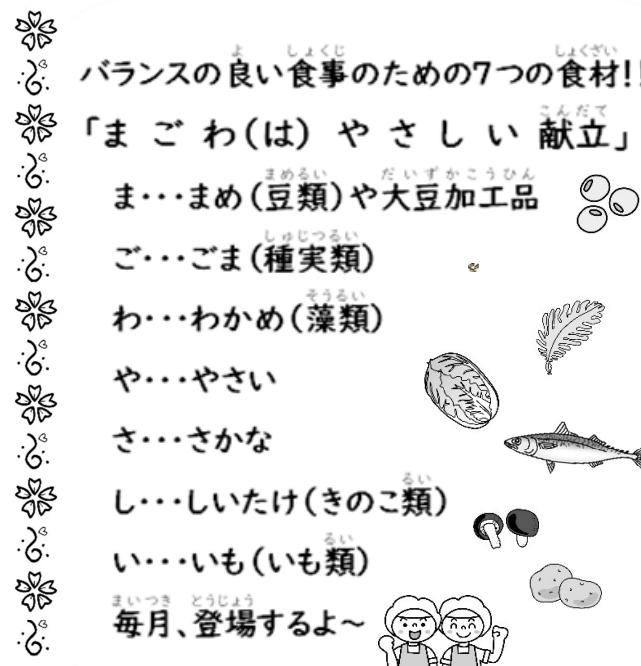


市内産とは、『三木市でつくられた』という意味です。

中学校

Aコース

月	火	水	木	金
10 チャプチェ トックスープ 市内産 青ねぎ・玉ねぎ	11 和風ドレッシング カリカリじゃこサラダ ポークビーンズ 市内産 キャベツ・玉ねぎ	12 ほうれんそうのナムル マーボー豆腐 もやし ほうれんそう 市内産	13 鮭ボールのフライ レタススープ 市内産 青ねぎ・玉ねぎ	14 れんこんのきんぴら わかめごはん 肉団子とクイッティオのスープ 市内産 玉ねぎ
17 小松菜とちくわの炒め物 オレンジゼリー ツナじゃが 市内産 玉ねぎ	18 マグロカツ キャベツのソース炒め 大豆のミネストローネ 市内産 マッシュルーム キャベツ・玉ねぎ	19 まごわやさしい献立 ひじきと大豆の煮物 さわらのごま香味焼き じゃがいものみそ汁 市内産 キャベツ 玉ねぎ・青ねぎ	20 豚肉のしょうが炒め えのきたけのかきたま汁 市内産 卵・玉ねぎ・青ねぎ	21 アスパラガスのマリネ チキンカレー(むぎごはん) 市内産 キャベツ・玉ねぎ
24 白菜の煮ひたし さばの塩焼き たまねぎのみそ汁 市内産 玉ねぎ・青ねぎ	25 煙のミートスパゲッティ りんごパン マッシュルーム 市内産 玉ねぎ	26 チキン南蛮 ポテトミルクスープ のっつい汁 市内産 玉ねぎ・青ねぎ	27 お祝い献立 いちごクレープ ビーフンソテー 野菜スープ 減量パン 市内産 キャベツ・玉ねぎ マッシュルーム	28 ミニフィッシュ たけのこごはん すいとん 市内産 玉ねぎ・青ねぎ



地産地消とは

地域で生産された食材をその地域で消費することです。三木市の給食では県内産だけでなく、市内産と書いてあるように三木市内で生産されたものを数多く取り入れています。地産地消をすることで、生産者や地域の食材のことがわかつたり、輸送にかかる燃料が削減ができ、新鮮なものが使えるなど様々な利点があります。

給食当番をする前に 健康チェックをしましよう!!

- 下痢をしていない
- 発熱、腹痛、嘔吐をしていない
- ひどい咳・のどの痛みはない
- ひどい鼻水・鼻づまりがない
- 手指を洗浄した

