



9月こんだてカレンダー

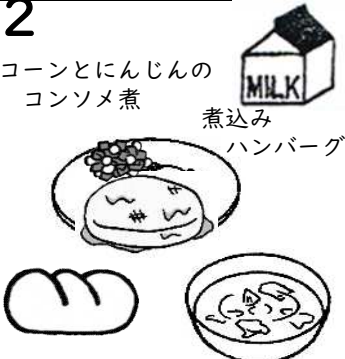
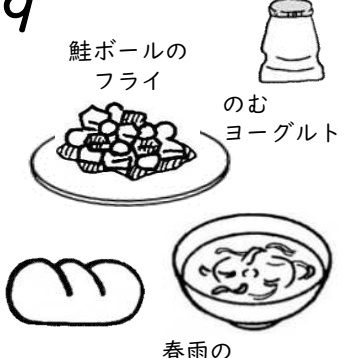
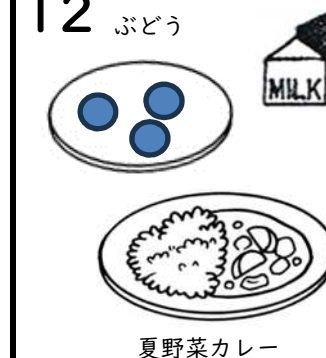
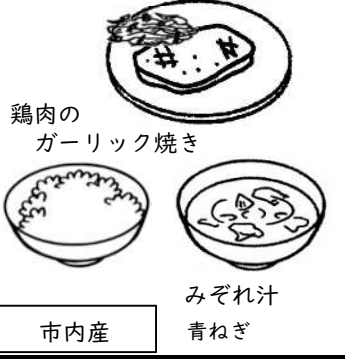
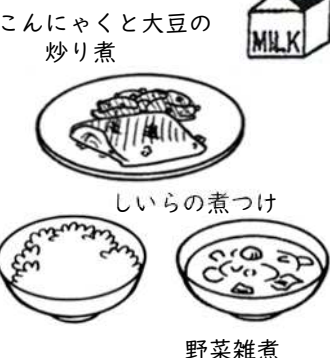


市内産

とは、『三木市で作られた』という意味です。

中学校

Aコース

月	火	水	木	金
 9月もしっかり水分補給！	2 コーンとにんじんのコンソメ煮  煮込みハンバーグ 冬瓜のスープ 市内産 玉ねぎ	3 シラスと野菜の炒め物  オレンジゼリー マーボー豆腐 市内産	4 切り干し大根のソース炒め  市内産 ツナじゃが じゃがいも・玉ねぎ・もやし	5 煮豆  鯖のごま香味焼き わかめご飯 大根の味噌汁 市内産 青ねぎ・玉ねぎ
8  クイッティオのサラダ 市内産 豚じゃが キムチ 玉ねぎ・じゃがいも	9 鮭ボールのフライ  のむヨーグルト 春雨の坦々スープ 市内産 じゃがいも・玉ねぎ・もやし	10 ピーマンのおかか炒め  鯖の塩焼き 玉ねぎの味噌汁 市内産 じゃがいも・ピーマン・玉ねぎ	11 野菜のケチャップソテー  オムレツ 黒糖パン かぼちゃのコンソメスープ 市内産 玉ねぎ・マッシュルーム・かぼちゃ	12 ぶどう  夏野菜カレー(麦ごはん) 市内産 じゃがいも・かぼちゃ・なす・玉ねぎ・ぶどう
15  敬老の日	16 にんじんしりしり  鶏肉のガーリック焼き みぞれ汁 市内産 青ねぎ	17 マーボーなす  トックスープ 市内産 なす・玉ねぎ・青ねぎ	18 ひじきとツナのスパゲッティ  かぼちゃの豆乳スープ 市内産 玉ねぎ・かぼちゃ	19 まごわやさしい献立  鰯と大豆のごまがらめ じゃがいもの味噌汁 市内産 じゃがいも・玉ねぎ
22 焼きめし風混ぜご飯  卵入りサンラータン 市内産 卵・玉ねぎ・ピーマン	23  秋分の日	24 小松菜のごま和え  秋刀魚の竜田あげ さつまいもの味噌汁 市内産 さつまいも・もやし・玉ねぎ・青ねぎ	25 カリカリじゃこサラダ  クリームシチュー 市内産 じゃがいも・玉ねぎ・もやし	26 海苔佃煮  五目野菜炒め 醤油ラーメン 市内産 青ねぎ・ピーマン
29 こんにゃくと大豆の炒り煮  しいらの煮つけ 野菜雑煮 市内産 青ねぎ	30 鶏とレバーのカレー和え  レタスと白いんげん豆のスープ 市内産 玉ねぎ・青ねぎ	三木市は生食用ぶどうの栽培面積が兵庫県内最大級です。三木市の素晴らしいところを知って、三木市のことをもっと好きになってほしいという思いから、給食に三木市産のぶどうが出るようになりました。育ててくださった農家さんに感謝の気持ちをもって美味しく食べてください。 12日は、ピオーネ・藤稔等の種類のぶどうが出ます。その中でも大きくて甘いピオーネは、ぶどうの王様といわれることもあるよ。 		