秋の味賞きのこ!

## こんだてカレンダ



とは、『三木市で作られた』という意味です。

中学校

木

なしゼリー

Bコース

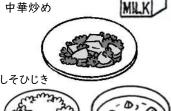
きのことツナの

スパゲッティ

金







魚だんごのすまし汁

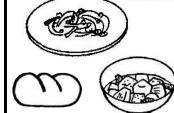
市内産







焼きししゃも (2尾) こんにゃくの 土佐煮



じゃがいもの洋風煮 市内産 <u>\_\_\_</u> 玉ねぎ・マッシュルーム





鶏すき者

☆「もやし」の日☆ もやしのごま和え





\_ キャベツ・もやし

l 2 もやしのソテ



メルルーサの ハーブ焼き



卵・玉ねぎ

いんげん豆の ミネストローネ \_ 玉ねぎ・もやし

MILK

3 れんこんと 大豆のサラダ



玉ねぎ



ーライス 市内産 (麦ごはん) 玉ねぎ

I 4 キャベツの



百日どりの 塩からあげ (3~4個)



かぼちゃの

豆乳スープ 市内産 <u>\_\_\_\_\_</u> キャベツ・玉ねぎ・マッシュルーム



\_\_ 玉ねぎ・もやし・白菜

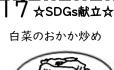
♡17日~21日は、「だし」を味わう一週間です♡ - 1 1月24日は「いい日本食の日」です。日本食の魅力のひとつは、「だし」です。今週は、いろいろな「だし」が登場します!

市内産

厚あげとツナの

みそ炒め







だしまき たまご



白菜·大根

削り節 今日のだし 市内産

| 8 ☆まごわやさしい献立☆ キャベツとシラスの



ごま香味 焼き



さつま芋のみそ汁 煮干し 今日のだし 市内産

MILK



かつお節 今日のだし キャベツ・玉ねぎ 市内産

20 ひじきの炒め煮





けんちん汁

昆布 今日のだし 市内産

2┃☆SDGs献立☆ ゆで鶏とひよこ豆の トマトソース

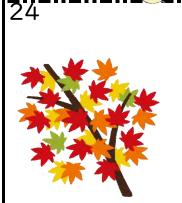






鶏肉のゆで汁 今日のだし 市内産 玉ねぎ・もやし

♡25日~28日は、「すがたをかえる大豆」を探す -週間です♡ 26



「勤労感謝の日」の 振替休日



大豆の仲間

市内産

<u>----</u> キャベツ・もやし・さつまいも・玉ねぎ



豆乳・みそ

大根・白菜・玉ねぎ

豆乳みそ汁

大豆の仲間 市内産





大根と豚肉のみそ煮こみ みそ・おから・納豆・油揚げ

☆環境にやさしい献立☆ 高野豆腐と がんもの煮物



大豆の仲間 高野豆腐・とうふボール レタス 市内産





ポークビーンズ

大豆の仲間 大豆

市内産 玉ねぎ・もやし

♡5日の「たまご」は松田養鶏所から、14日の「百日どり」はJAみのりから提供していただいています♡ たくさんの方の協力で、学校給食は作られています。感謝していただきましょう!

