



# こんだてひょう

今月の給食目標  
「よくかんで食べよう」

豊岡市立日高等学校給食センター

月	火	水	木	金
1 コウノトリ米ごはん 牛乳 白身魚のケチャップソース ハムのサラダ 肉団子のスープ	2 コウノトリ米ごはん 牛乳 豚肉の生姜焼き 小松菜のおかか和え 豆腐の味噌汁	3 コウノトリ米ごはん 牛乳 蒸しシューマイ もやしのナムル 野菜スープ	4 コウノトリ米ごはん 牛乳 竹輪の変わり揚げ ひねポン 田舎汁	5 コウノトリ米ごはん 牛乳 ねぎ塩チキン きんぴらごぼう 麩のすまし汁 <b>歯と口の衛生週間</b>
8 コウノトリ米ごはん 牛乳 にぎすのカレー揚げ 梅昆布和え マロニエ鍋 <b>ふるさと献立</b>	9 コウノトリ米ごはん 牛乳 鶏肉のフレーク焼き ごぼうサラダ コーンポタージュ <b>歯と口の衛生週間</b>	10 コウノトリ米ごはん 牛乳 がんもの含め煮 切干大根のサラダ ちゃんこ汁	11 コウノトリ米ごはん ジョア 鶏肉のから揚げ 春雨サラダ キーマカレー <b>清滝小リクエント献立</b>	12 ミルクパン 牛乳 トマトオムレツ こんにゃくサラダ 焼きそば
15 コウノトリ米ごはん 牛乳 豚肉の塩麩炒め ゆばサラダ 豆乳味噌汁	16 コウノトリ米ごはん 牛乳 焼き餃子 磯香和え ワンタンスープ	17 キャロットピラフ 牛乳 春巻き マカロニサラダ 洋風スープ 1食マヨネーズ	18 コウノトリ米ごはん 牛乳 鯖の照焼き ほうれん草のごま和え じゃが芋の味噌汁	19 コウノトリ米ごはん 牛乳 ひじきと枝豆のサラダ 酢鶏 冷凍みかん
22 コウノトリ米ごはん 牛乳 チキンソテーバジル風味 キャベツサラダ ふわふわスープ	23 コウノトリ米ごはん 牛乳 はんぺんの磯辺揚げ しそ和え スタミナ味噌汁	24 コウノトリ米ごはん 牛乳 鯖の味噌煮 もやしのごま酢和え もずくのスープ	25 コウノトリ米ごはん 牛乳 ささみフライ 海藻サラダ 担々麺スープ	26 コウノトリ米ごはん 牛乳 ボン酢和え 有機じゃが芋のうま煮 1食ゆかりふりかけ <b>有機りんりんDAY</b>
29 コウノトリ米ごはん 牛乳 甘辛チキン 塩キャベツ ジュリアンスープ	30 コウノトリ米ごはん 牛乳 あじのガーリックパン粉焼き ささみの和風マリネ キムチスープ			