

月

火

水

木

金

# もいつけ表

土庄町立中央学校給食センター

**6日** キャベツとピーマンのソテー

ぶどう

ごはん

あつあげとはるさめのピリから

牛乳

**7日** はまちのてりやき

ほうれんそうとキャベツのごまあえ

むぎごはん

だいこんのみそしる

牛乳

**8日** ちんげんさいとえのきのソテー

やさいふりかけ

ごはん

じゃがいものそぼろに

牛乳

**9日** ちゅうかサラダ

とうにゅうだいふく

キムチごはん

とうろとわかめのスープ

牛乳

**10日** キャベツとみずなのソテー

ごはん

ぎゅうにくとだいすのなかに

牛乳

**13日** さばのさいきょうやき

ほうれんそうとキャベツのごまあえ

ごはん

さわにわん

牛乳

**14日** バンバンジー

くろごまいりだんご

ちゅうかろうわかめごはん

はるさめスープ

牛乳

**15日** もやしとピーマンのソテー

むぎごはん

とうろのちゅうかに

牛乳

**16日** こまつなごまいため

ごはん

こうやとうろのそぼろに

牛乳

**17日** きりほしだいこんのサラダ

キウイフルーツ(こうすい)

ごはん

みんなのポークカレー(ルー)

牛乳

**20日** さけのしおやき

きりほしだいこんのもの

むぎごはん

キャベツのみそしる

牛乳

**21日** キャベツとピーマンのカレーソテー

ごはん

チリコンカーン

牛乳

**22日** ひじきのにも

かきませ

とんじる

牛乳

**24日** こまつなごまドレッシングあえ

タンドリーチキン

ごはん

きのこいりポトフ

牛乳

**27日** みずなのサラダ

こざかなアーモンド

ごはん

ふたにくとごぼうのいりに

牛乳

**28日** こまつなとツナのソテー

やきのり

ゆかりごはん

あつあげとひじきのもの

牛乳

**29日** さつまいものからあげ

ヨーグルト

ツナとコーンのサラダ

ごはん

はくさいうどん

牛乳

少なめ

**30日** さわらごまふうみやき

きゅうりともやしのもの

むぎごはん

じゃがいものみそしる

牛乳