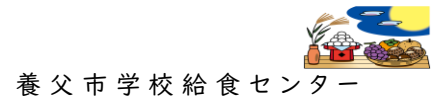


令和8年

10月 献立表



月	火	水	木	金
<div> <div>公式Instagram YABU_KYUUSHOKU</div> <div>公式Facebook</div> <div>養父市学校給食センター 公式Instagram 日々の給食・食育等について情報発信中！</div> <div>10月10日は「目の愛護デー」！ ビタミンAを含む食品を 意識しよう！ かぼちゃ ほうれん草 人参 レバー うなぎ ビタミンAは油と一緒に とると吸収がよくなります。</div> </div>				
5	6	7	8	9
<div>♡ハッピーマンデー♡</div> <div>ごはん 牛乳</div> <div>イワシのアングレース ひじきのマリネ とり団子スープ</div>	<div>ごはん 牛乳</div> <div>チーズのすり身巻き ビーフンサラダ かぼちゃのそぼろ煮</div>	<div>麦ごはん 牛乳</div> <div>チキンカレー 小松菜とコーンのあえ物 早生みかん</div>	<div>ごはん 牛乳</div> <div>魚の和風ピカタ マカロニサラダ 秋野菜のかす汁 中学校:チーズ</div>	<div>目の愛護デー</div> <div>鮭ごはん 牛乳</div> <div>ぶた肉のケチャップ炒め ほうれん草と豆のナムル けんちん汁 ブルーベリーゼリー</div>
12	13	14	15	16
<div>スポーツの日</div> <div>兵庫県の食材を たくさん使った献立です</div>	<div>ごはん 牛乳</div> <div>キスのにんじんソース こんにゃくのおかか炒め 高野の卵とじ</div>	<div>ピタパン 牛乳</div> <div>ミートスパゲッティ とり肉のレモン焼き ツナサラダ</div>	<div>蛇紋岩米ごはん 牛乳</div> <div>厚焼き卵 糸昆布の酢の物 ちくぜん煮</div>	<div>養父小ワケシタ献立</div> <div>とりキムチチャーハン 牛乳</div> <div>淡路玉ねぎコロッケ キャベツ梅風味 もずくスープ りんご</div>
19	20	21	22	23
<div>はばタン給食</div> <div>ごはん 牛乳</div> <div>かますのフライ ほうれん草のごま和え のっぺい汁 淡路島ヨーグルト</div>	<div>麦ごはん 牛乳</div> <div>ちくわのカラフル揚げ こまつなサラダ 轟大根のチゲ煮</div>	<div>ごはん 牛乳</div> <div>里芋グラタン きんぴられんこん 呉汁</div>	<div>ごはん 牛乳</div> <div>オムレットマトソース フルーツミックス すきやき煮 デザインのに</div>	<div>栗ごはん 牛乳</div> <div>豆腐のまさご揚げ はりはり漬け なめこの赤だし 十三夜デザート</div>
26	27	28	29	30
<div>ごはん 牛乳</div> <div>魚のもみじ焼き じゃがいものきんぴら 五目うどん</div>	<div>ごはん 牛乳</div> <div>さんまの揚げ煮 ゆばと青菜のおかかあえ 秋なすのみそ汁 りんご</div>	<div>麦ごはん 牛乳</div> <div>生野ハヤシライス 野菜のゴマドレ 黒豆の枝豆</div>	<div>ごはん 牛乳</div> <div>大学いも 海藻サラダ マーボー豆腐</div>	<div>ごはん 牛乳</div> <div>焼さわらのネギソース かぼちゃと豆のサラダ にら玉汁</div>

中学生・関宮学園後期課程の給食費の口座振替は10月5日、再振替は26日です。残高のご確認をお願いいたします。