

			主菜	温かい副菜	冷たい副菜	アレルギー食材	肉の使用
9月1日	火	魚	サバのトマト煮	彩りピーマンの きんぴら	キャベツの 土佐和え	さば、大豆、ごま	ー
9月2日	水	肉	国産鶏むね肉の 梅照焼き	里芋の煮物	豆苗とコーンの サラダ	大豆、ごま	鶏肉
9月3日	木	魚	サバの塩糀焼き	蒸かしかぼちゃと生姜香る出 汁あんかけ	キャベツの胡麻和え	さば、大豆、ごま	ー
9月4日	金	肉	国産豚の唐揚げ ネギソース	ズッキーニ炒め	ひじきサラダ	大豆、ごま	豚肉
9月5日	土						
9月6日	日						
9月7日	月	肉	国産鶏むね肉の醤油唐揚げ	なすの 揚げびたし	蓮根のきんぴら	大豆、ごま	鶏肉
9月8日	火	魚	ブリのステーキ	温野菜 塩麹バーニャ	コールスローサラダ	大豆	ー
9月9日	水	肉	国産豚肉とセロリの 梅生姜焼き	五目きんぴら	キャベツの 磯和え	大豆、ごま	豚肉
9月10日	木	魚	タラの 和風ムニエル	糸昆布の煮物	切干大根と 小松菜のサラダ	大豆、ごま	ー
9月11日	金	肉	国産豚の ハンバーグ	さつまいも オープン焼き	青菜の梅和え	小麦、大豆	豚肉
9月12日	土						
9月13日	日						
9月14日	月	肉	国産鶏むね肉の 香味焼き	おいもの甘辛煮	三色野菜 のナムル	大豆、ごま	鶏肉
9月15日	火	魚	サバの 味噌漬け焼き	キャベツの 味噌だれ焼き	春雨サラダ	さば、大豆、ごま	ー
9月16日	水	肉	国産鶏もも肉の ごま味噌焼き	かぼちゃの 甘辛焼き	キャベツの ゆかり和え	大豆、ごま	鶏肉
9月17日	木	魚	あじの香り焼き	ラタトゥイユ	フライビーンズ	大豆、ごま	ー
9月18日	金	肉	国産豚の 手毬シュウマイ	かぼちゃとさつまいもの天ぷ ら	豆苗とコーンの サラダ	小麦、大豆、ごま	豚肉
9月19日	土						
9月20日	日						
9月21日	月						
9月22日	火						
9月23日	水						
9月24日	木	魚	ブリのステーキ	こんにゃくと 厚揚げの照り煮	青菜ともやしの ごま和え	大豆、ごま	ー
9月25日	金	肉	国産鶏むね肉の 韓国風チキン	なすの 揚げびたし	蓮根のきんぴら	大豆、ごま	鶏肉
9月26日	土						
9月27日	日						
9月28日	月	肉	国産鶏もも肉の 塩麹から揚げ	さつまいも オープン焼き	青菜の梅和え	大豆、ごま	鶏肉
9月29日	火	魚	タラの梅照焼き	なすの 味噌炒め	切干大根の 甘酢和え	大豆、ごま	ー
9月30日	水	肉	国産鶏もも肉の 甘辛チキン	ズッキーニ炒め	ひじきサラダ	大豆、ごま	鶏肉

△：魚のフライの揚げ油には、肉を揚げた油を使用する可能性があります。