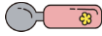


ひにち	こんだて	ざいりょう
9 月	さかなのなんばんづけ	タラ 玉ねぎ 人参 ねぎ
	こうやどうふのにつけ	高野豆腐 大根 人参 インゲン
10 火	びびんばどん	豚肉 大豆ミート 青菜 人参 豆もやし
	たつくり	いわし
11 水	ちきんのとまとに	鶏肉 玉ねぎ 人参 しめじ ひよこ豆
	こふきいも	じゃがいも 青のり
12 木	さばのたつたあげ	鯖
	あおなのこーんあえ	青菜 人参 もやし コーン
13 金	ささみのおーろらやき	鶏肉
	ごもくきんぴら	鶏肉 ごぼう 人参 コンニャク インゲン
16 月	わかめごはん	わかめ
	とりのからあげ	鶏肉
	きりほしだいこんのけちっぷに	豚肉 切干大根 玉ねぎ 人参 グリンピース
17 火	さばのしおやき	鯖
	にくじゃが	豚肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ こんにゃく
18 水	やさいはんぱーぐ	豚肉 大豆ミート 玉ねぎ 人参 ブロッコリー
	ごもくまめ	鶏肉 大豆 こんにゃく 人参 ごぼう 昆布
19 木	ごもくごはん	鶏肉 人参 こんにゃく ひじき 油揚げ
	まぐろのたつたあげ	マグロ
	あおなのしおこんぶあえ	青菜 もやし 人参 塩こんぶ

ひにち	こんだて	ざいりょう
20 金	親子遠足	
23 月	さかなのかれーあん	魚 玉ねぎ 人参 ねぎ しめじ
	はるさめさらだ	春雨 ツナ 人参 青菜 きくらげ
24 火	のりしおからあげ	鶏肉 青のり
	ぱんぷきんさらだ	かぼちゃ じゃがいも 人参 ブロッコリー
25 水	まーぼーどうふどん	豚肉 大豆ミート 豆腐 ネギ ニラ
	もやしのなむる	もやし 青菜 人参
26 木	かれーらいす	豚肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ
	こーるすろーさらだ	キャベツ 人参 ブロッコリー コーン
	りんごかんでん	りんごジュース イナアガー
27 金	ゆかりごはん	ゆかり
	ちくわのにくづめ	ちくわ 豚肉 鶏肉 玉ねぎ
	あおなのあえもの	青菜 人参 もやし

☆青菜は、キャベツ、白菜、小松菜、ほうれん草、水菜を含みます。

 このマークの日はスプーンを持参してください。

※マヨドレ=卵を使用していないアレルギー対応のマヨネーズです。

※旬の食材を使用しておりますので、メニューが変更する場合がございます。ご了承いただくと幸いです