



# 令和6年8月・9月 和歌山市中学校給食献立表

<b>8月26日(月) 862kcal</b> 麦ご飯:391kcal <b>カレーライス(汁物容器):</b> 122kcal 豚肉、しょうが、にんにく、塩、こしょう(白)、大豆油、じゃがいも、玉ねぎ、人参、固形コンソメ、カレールウ、脱脂粉乳、ローリエ <b>チキンソテー:</b> 136kcal 鶏肉、塩、こしょう(黒)、醤油(濃)、酒、砂糖、マカロニ、オリーブ油 <b>フルーツポンチ:</b> 37kcal みかん、もも、パイナップル、寒天 <b>野菜の胡麻ドレッシング:</b> 24kcal キャベツ、きゅうり、スイートコーンホール、胡麻ドレッシング(小袋) 福神漬:14kcal	<b>8月27日(火) 827kcal</b> 麦ご飯:392kcal <b>白身魚のゴマ味噌だれ:</b> 167kcal ホキ、酒、片栗粉、小麦粉、揚げ油、みそ(赤)、砂糖、みりん、醤油(濃)、ごま、キャベツ、大豆油 <b>さつまいものだし煮:</b> 81kcal さつまいも、厚揚げ、かつお節、醤油(淡)、みりん、砂糖 <b>チンゲン菜とベーコンの炒め物:</b> 44kcal チンゲン菜、ベーコン、えのきたけ、塩、こしょう(白)、醤油(淡)、ガラスープの素、大豆油 <b>白菜の昆布和え:</b> 6kcal 白菜、しめじ、塩昆布	<b>8月28日(水) 994kcal</b> <b>クリームシチュー(汁物容器):</b> 135kcal 鶏肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、しめじ、クリームシチュールー、牛乳、大豆油 <b>豚肉のりんごソース:</b> 210kcal 豚肉、しょうが、酒、小麦粉、片栗粉、揚げ油、りんごピューレ、レモン果汁、玉ねぎ、デミグラスソース、ケチャップ、ウスターソース、ブロッコリー、塩 <b>いかとほうれん草のペペロンチーノ:</b> 94kcal いか、ほうれん草、スパゲティ、塩、オリーブ油、にんにく、唐辛子、醤油(淡)、ガラスープの素 <b>コーンサラダ:</b> 31kcal きゅうり、わかめ、スイートコーンホール、砂糖、醤油(淡)、塩、こしょう(白) <b>パイナップル:</b> 17kcal	<b>8月29日(木) 846kcal</b> <b>鶏肉のレモンソース:</b> 202kcal 鶏肉、酒、塩、こしょう(白)、片栗粉、揚げ油、レモン果汁、砂糖、醤油(淡)、固形コンソメ、もやし、大豆油 <b>ツナとじゃがいもの煮物:</b> 58kcal ツナ、じゃがいも、人参、根深ねぎ、パセリ、大豆油、みりん、塩、こしょう(黒)、醤油(淡)、かつお節、砂糖 <b>ゴボウの甘酢和え:</b> 28kcal ごぼう、きゅうり、米酢、塩、砂糖、ごま、醤油(淡) <b>ちりめんこんにゃく:</b> 24kcal じゃこ、ピーマン、こんにゃく、ごま、大豆油、砂糖、醤油(淡)	<b>8月30日(金) 886kcal</b> <b>ブルコギ:</b> 197kcal 牛肉、豚肉、玉ねぎ、根深ねぎ、しょうが、にんにく、砂糖、醤油(濃)、ごま油、ごま <b>れんこんサラダ:</b> 69kcal れんこん、きゅうり、ひじき、人参、砂糖、米酢、ごま、大豆油、醤油(淡)、塩 <b>小松菜のソテー:</b> 27kcal 小松菜、スイートコーンホール、人参、こしょう(白)、大豆油、無塩バター、醤油(濃) <b>大豆の青海苔揚げ:</b> 60kcal 大豆、小麦粉、青海苔、揚げ油、塩
<b>9月2日(月) 857kcal</b> <b>鶏肉の中華唐揚げ:</b> 214kcal 鶏肉、酒、醤油(淡・濃)、トウバンジャン、ごま油、小麦粉、揚げ油、片栗粉、もやし、にら、大豆油、塩、こしょう(白) <b>たっぷり野菜のビーフン:</b> 77kcal ビーフン、豚肉、玉ねぎ、にんにく、ピーマン、人参、大豆油、ガラスープの素、酒、塩、こしょう(白)、砂糖、醤油(淡)、ごま油 <b>海藻サラダ:</b> 20kcal きゅうり、海藻ミックス、米酢、醤油(淡)、砂糖、ごま <b>オクラのごまあえ:</b> 14kcal オクラ、塩、醤油(淡)、みりん、ごま	<b>9月3日(火) 816kcal</b> <b>豚肉の甘醤油がけ:</b> 211kcal 豚肉、片栗粉、揚げ油、醤油(濃)、砂糖、みりん、酒、しょうが、こねぎ、小松菜、大豆油、塩、こしょう(白)、固形コンソメ <b>きのこのうま煮:</b> 25kcal しめじ、エリンギ、キャベツ、大豆油、塩、こしょう(白)、醤油(淡)、砂糖、酒 <b>大根ときゅうりの三杯酢:</b> 30kcal 切干大根、かつお節、砂糖、醤油(淡・濃)、きゅうり、昆布、米酢 <b>じゃこの金平:</b> 17kcal じゃこ、こんにゃく、酒、醤油(淡)、砂糖、みりん	<b>9月4日(水) 863kcal</b> <b>チキンバーガー:</b> 214kcal チキンカツ、揚げ油、キャベツ、玉ねぎ、大豆油、カレー粉、塩、こしょう(白)、タルタルソース <b>フルーツ白玉:</b> 81kcal みかん、もも、パイナップル、白玉団子 <b>野菜のレモン風味:</b> 18kcal カリフラワー、きゅうり、レモン果汁、砂糖、醤油(淡) <b>じゃがいものチーズ炒め:</b> 44kcal じゃがいも、ベーコン、粉チーズ、有塩バター、こしょう(白)、オリーブ油	<b>9月5日(木) 961kcal</b> <b>肉じゃが:</b> 207kcal 牛肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、こんにゃく、さやいんげん、塩、かつお節、昆布、みりん、酒、大豆油、砂糖、醤油(淡) <b>揚げシューマイ:</b> 171kcal しゅうまい、揚げ油 <b>春雨の炒めもの:</b> 46kcal 春雨、しいたけ、人参、ピーマン、醤油(淡)、砂糖、酒、ごま油、塩、米酢 <b>白菜のボン酢和え:</b> 4kcal 白菜、ボン酢	<b>9月6日(金) 836kcal</b> 麦ご飯:392kcal <b>アジフライのオニオンソース野菜添え:</b> 243kcal アジフライ、揚げ油、砂糖、醤油(濃)、ごま油、ラー油、米酢、玉ねぎ、しょうが、人参 <b>大根の中華煮:</b> 31kcal 大根、豚肉、砂糖、中華スープの素、塩、こしょう(白)、片栗粉 <b>ナムル:</b> 20kcal ほうれん草、もやし、人参、ごま油、砂糖、醤油(濃) <b>昆布の佃煮:</b> 15kcal 昆布、みりん、砂糖、醤油(淡)、酒、ごま
<b>9月9日(月) 879kcal</b> 麦ご飯:392kcal <b>鶏肉の梅酢揚げ:</b> 195kcal 鶏肉、梅酢、片栗粉、小麦粉、揚げ油、チンゲン菜、塩 <b>ウインナーと野菜の炒めナムル:</b> 72kcal ウインナー、じゃがいも、キャベツ、玉ねぎ、もやし、ごま、大豆油、砂糖、醤油(淡)、米酢 <b>ほうれん草と油揚げの炒めもの:</b> 63kcal ほうれん草、油揚げ、干しえび、大豆油、めんつゆ <b>りんご:</b> 17kcal	<b>9月10日(火) 865kcal</b> <b>牛肉のマスタードソテー:</b> 179kcal 牛肉、塩、こしょう(白)、玉ねぎ、ピーマン、人参、キャベツ、マスタード、ぶどう酒(白)、固形コンソメ、有塩バター、オリーブ油 <b>ジャージャー麺:</b> 125kcal 中華めん、ごま油、豚肉、こねぎ、しょうが、たけのこ、しいたけ、みそ(赤)、酒、砂糖、もやし、トウバンジャン、ガラスープの素、きゅうり <b>チンゲン菜のごま風味:</b> 12kcal チンゲン菜、しめじ、塩、こしょう(白)、かき油、ガラスープの素、ごま油 <b>きゅうりの酢の物:</b> 15kcal きゅうり、わかめ、砂糖、醤油(淡)、米酢、かつお節、昆布	<b>9月11日(水) 892kcal</b> <b>えびチリソース:</b> 223kcal えびフリッター、こねぎ、玉ねぎ、揚げ油、チリソース、ケチャップ、砂糖 <b>大豆のコンソメ煮:</b> 79kcal 豚肉、大豆、じゃがいも、玉ねぎ、人参、塩、こしょう(白)、固形コンソメ、醤油(淡) <b>コールスローサラダ:</b> 25kcal キャベツ、スイートコーンホール、レモン果汁、塩、こしょう(白)、砂糖、醤油(淡) <b>ブロッコリーのツナマヨ和え:</b> 59kcal ブロッコリー、ツナ、マヨネーズ、ごま油、ごま	<b>9月12日(木) 957kcal</b> <b>ハヤシライス(汁物容器):</b> 153kcal 牛肉、人参、玉ねぎ、マッシュルーム、大豆油、ビーフシチュールー、ケチャップ、ぶどう酒(赤)、とんかつソース、ホールトマト、ウスターソース <b>野菜メンチカツ:</b> 214kcal キャベツメンチカツ、揚げ油、とんかつソース、アスパラガス、無塩バター、塩、こしょう(白)、スパゲティ、しめじ、大豆油、ケチャップ、醤油(淡) <b>ほうれん草と卵のソテー:</b> 33kcal ほうれん草、キャベツ、人参、卵、大豆油、塩、こしょう(白)、醤油(淡) <b>大根とわかめのサラダ:</b> 11kcal 大根、わかめ、塩、醤油(淡)、砂糖、米酢 <b>みかん:</b> 14kcal	<b>9月13日(金) 901kcal</b> <b>白身魚のツナタルソース:</b> 230kcal ホキ、塩、こしょう(白)、小麦粉、片栗粉、揚げ油、ツナ、玉ねぎ、パセリ、マヨネーズ、オリーブ油、キャベツ、大豆油 <b>ベーコンときつまいもの甘辛炒め:</b> 112kcal ベーコン、さつまいも、京ねぎ、酒、塩、こしょう(白)、大豆油、ごま油、みりん、醤油(濃)、砂糖、トウバンジャン <b>三色ひたし:</b> 18kcal 人参、ほうれん草、白菜、砂糖、醤油(淡)、かつお節 <b>かんぴょうのピリ辛:</b> 11kcal かんぴょう、塩、醤油(淡)、ごま油、トウバンジャン
<b>9月16日(月) 敬老の日</b> 	<b>9月17日(火) 860kcal</b> <b>鮭の和風マリネ:</b> 163kcal 鮭、酒、塩、小麦粉、片栗粉、揚げ油、玉ねぎ、人参、ピーマン、こしょう(白)、醤油(淡)、大豆油、米酢、砂糖、レモン果汁 <b>里芋の煮物:</b> 113kcal 里芋、油揚げ、人参、さやえんどう、砂糖、醤油(淡)、みりん、かつお節、片栗粉 <b>ほうれん草のおかか和え:</b> 17kcal ほうれん草、人参、醤油(濃)、砂糖、かつお節 <b>みたらし団子:</b> 38kcal 白玉団子、醤油(淡)、砂糖、片栗粉	<b>9月18日(水) 809kcal</b> <b>黒糖パン:</b> 378kcal <b>シーフードスパゲティ:</b> 106kcal スパゲティ、えび、いか、にんにく、大豆油、玉ねぎ、しめじ、ピーマン、ケチャップ、トマトピューレ、塩、こしょう(白)、醤油(淡) <b>ささみチーズフライ:</b> 137kcal ささみチーズフライ、揚げ油、とんかつソース <b>ブロッコリーサラダ:</b> 36kcal ブロッコリー、スイートコーンホール、砂糖、米酢、醤油(淡)、オリーブ油、ごま <b>えのきたけと人参のサッパリ炒め:</b> 16kcal えのきたけ、人参、大豆油、醤油(淡)、砂糖、レモン果汁	<b>9月19日(木) 889kcal</b> <b>キャベツと肉団子の煮物:</b> 145kcal 肉団子、玉ねぎ、キャベツ、しめじ、固形コンソメ、塩、こしょう(白)、ぶどう酒(赤) <b>コロケ:</b> 121kcal コロケ、揚げ油、スパゲティ、ケチャップ、オリーブ油、ウスターソース <b>オクラとツナのボン酢あえ:</b> 70kcal オクラ、ツナ、ボン酢、ごま油 <b>パイナップル:</b> 21kcal	<b>9月20日(金) 820kcal</b> <b>とんかつ:</b> 184kcal ヘルカツ、揚げ油、とんかつソース、キャベツ <b>マカロニサラダ:</b> 66kcal マカロニ、きゅうり、スイートコーンホール、砂糖、オリーブ油、塩、こしょう(白)、醤油(淡)、ウスターソース <b>カラフルピクルス:</b> 22kcal カリフラワー、きゅうり、ピーマン(黄・赤)、塩、砂糖、米酢、醤油(淡) <b>小松菜のゴマ和え:</b> 18kcal 砂糖、みりん、醤油(淡)、かつお節、小松菜、人参、ごま
<b>9月23日(月) 振替休日</b> 	<b>9月24日(火) 792kcal</b> <b>ホイコーロー:</b> 95kcal 豚肉、しょうが、ごま油、キャベツ、ピーマン、たけのこ、みそ(赤)、砂糖、酒、醤油(濃)、トウバンジャン <b>ジャーマンポテト:</b> 99kcal じゃがいも、ベーコン、パセリ、塩、こしょう(白)、大豆油 <b>高野豆腐のゴマ和え:</b> 45kcal 高野豆腐、ほうれん草、人参、ごま、塩、砂糖、醤油(濃)、みりん、かつお節 <b>こんにゃくのピリ辛炒め:</b> 22kcal こんにゃく、ごま油、米酢、醤油(濃)、砂糖、唐辛子、かつお節	<b>9月25日(水) 900kcal</b> <b>エビフライ:</b> 240kcal エビフライ、揚げ油、ブロッコリー、塩、タルタルソース、スパゲティ、大豆油、こしょう(黒)、パセリ <b>野菜炒め:</b> 54kcal 豚肉、キャベツ、人参、しいたけ、もやし、ピーマン、大豆油、塩、こしょう(黒)、醤油(濃)、固形コンソメ <b>大根サラダ:</b> 40kcal 大根、わかめ、醤油(淡)、砂糖、ごま、マヨネーズ <b>うずら卵のケチャップ和え:</b> 62kcal うずら卵、大豆油、ケチャップ、ごま油、ごま、醤油(淡)	<b>9月26日(木) 876kcal</b> 麦ご飯:391kcal <b>チキン南蛮:</b> 262kcal 鶏肉、塩、こしょう(白)、酒、片栗粉、醤油(淡・濃)、揚げ油、卵、米酢、砂糖、ブロッコリー、タルタルソース <b>金平ごぼう:</b> 55kcal ごぼう、人参、こんにゃく、しいたけ、ごま、醤油(濃)、砂糖、みりん、大豆油 <b>白菜と干しえびのお浸し:</b> 17kcal 白菜、昆布、かつお節、塩、醤油(淡)、酒、みりん、干しえび <b>甘夏ゼリー:</b> 14kcal	<b>9月27日(金) 856kcal</b> <b>白身魚の揚げ照り:</b> 136kcal ホキ、酒、片栗粉、小麦粉、揚げ油、砂糖、みりん、醤油(濃)、小松菜、ごま油 <b>牛肉のトマト煮:</b> 133kcal 牛肉、大豆油、塩、こしょう(白)、玉ねぎ、ホールトマト、ウスターソース、無塩バター、とんかつソース、しめじ、にんにく、ケチャップ <b>ひじきのソテー:</b> 41kcal ひじき、人参、ベーコン、さやいんげん、塩、大豆油、砂糖、こしょう(白)、醤油(淡)、固形コンソメ <b>きゅうりのピリ辛:</b> 15kcal きゅうり、大豆油、砂糖、酒、醤油(淡)、ラー油

**9月30日(月) 911kcal**

玄米ご飯:394kcal  
**ハンバーグのトマトソース:**172kcal  
 ハンバーグ、ホールトマト、トマトピューレ、ケチャップ、とんかつソース、砂糖、醤油(淡)、酒、固形コンソメ、片栗粉、大豆油、玉ねぎ、キャベツ、塩、こしょう(白)  
**ポテトの海苔塩揚げ:**125kcal  
 じゃがいも、小麦粉、青のり、揚げ油、塩  
**きゅうりサラダ:**29kcal  
 きゅうり、スイートコーンホール、きゅうり、醤油(淡)、砂糖、米酢、オリーブ油  
**うずら卵のいり煮:**54kcal  
 うずら卵、酒、醤油(濃)、みりん、砂糖

- ・毎週水曜日はパンの日となっています。
- ・9月17日は「お月見」の献立です。
- ・給食日には、おはしを各自持ってきてください。なお、🔪マークの付いている日は、おはしに加えてスプーンも持ってきてください。
- ・日付の横に主食・牛乳・副食の総エネルギー量を、献立名の横には各々のエネルギー量を示しています。
- ・献立に使用する食材は、天候等により変更する場合があります。
- ・献立表に記載されていても、学校行事などにより給食を実施しない場合があります。
- ・学校行事等によって申込方法欄にある給食申込期間、振込期間等が変更になる場合、別途学校から連絡がありますので、その指示に従って申込み等を行ってください。

**⚠️ 注意事項**

- アレルギーをお持ちのお子さまの保護者さまは、献立表裏面のアレルギー特定原材料一覧表を熟読のうえ、お子さまの給食申込みの可否を判断してください。その上で、万一お子さまが給食によってアレルギー反応を起こされたとしても、和歌山市教育委員会及び学校は、それによって生じるいかなる責任も負いません。
- 給食申込者等の個人情報は、中学給食調理配送等業務の委託業者に提供され、中学校給食の申込受付、納付確認、統計処理の目的にのみ使用されます。給食を申し込んだ生徒の保護者さまは、委託業者への個人情報提供に同意したものとみなします。

**給食費を返金できない場合**

- ・インフルエンザ等によって学級閉鎖を決定した当日
- ・気象警報が当日午前6時を過ぎて発令されたとき
- ・個人的な理由によるキャンセルは原則不可

**申込方法**

**給食を申し込まれる生徒保護者様へ**

- ※①申込期間内に生徒を通じて、この給食申込書を学級担任にお渡しください。申込期間を過ぎると、その月の給食申込みを受け付けることができません。
- ※②給食を申し込んだ生徒に後日、学級担任が振込用紙を配布します。配布された振込用紙を用いて、振込期間内にゆうちょ銀行で当月の給食費(2か月分)を振込んでください。
- ※③自動払込み(自動引落し)を利用している方は、自動払込日前日(前日が土日祝の場合直前の平日)までに、当月の給食費(2か月分)と自動払込手数料を口座に入金してください。
- ※④振込手数料及び自動払込手数料は保護者負担となります。
- ※⑤振込期間内の振込み又は自動払込日の自動払込みを確認できなかった場合、給食申込みは取消しとなります。
- ※⑥生活保護、就学援助対象のご家庭には給食費が援助されますが、給食申込みは必要です。
- ※⑦給食申込みの時点で、生活保護又は就学援助に認定されていないご家庭が後日、生活保護又は就学援助に認定された場合、その期間のすでに支払っている給食費は、学校を通じて返金されます。

キリトリ

**給食申込票(8月・9月分)**

中学校名	学年	組	出席番号	生徒氏名
中学校	年	組		(フリガナ)

※①給食を申し込む方は上の欄に必要事項を記入し、申込期間内に学級担任に渡してください。  
 ※②給食を申し込まない方は提出の必要はありません。

**8月・9月分の給食申込期間、振込期間および自動払込日**

申込期間	6/21(金)～6/26(水)
振込期間	7/6(土)～7/11(木)
自動払込日	7/11(木)

キリトリ



# 令和6年8月・9月 アレルギー特定原材料一覧表

※厚生労働省より表示義務および奨励されている特定原材料を表記

日	献立名・料理名	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あわび	いか	いくら	オレシ	キウイフルーツ	牛肉	くろみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	
8/26	カレーライス	●																	●	●			●						
	チキンソテー	●																	●	●									
	フルーツポンチ																					●							
	野菜の胡麻ドレッシング	●		●																								●	
8/27	福神漬	●																											
	白身魚のゴマ味噌だれ	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●
	さつまいものだし煮	●																											
	チンゲン菜とベーコンの炒め物	●																		●	●								
8/28	白菜の昆布和え	●																											
	クリームシチュー	●			●															●	●								
	豚肉のりんごソース	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	いかとほうれん草のペペロンチーノ	●								●																			
8/29	コーンサラダ	●																											
	パイン	●																											
	鶏肉のレモンソース	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	
	ツナとじゃがいもの煮物	●																											
8/30	ゴボウの甘酢和え	●																										●	
	ちりめんこんにゃく	●																										●	
	ブルコギ	●													●						●							●	
	れんこんサラダ	●																										●	
9/2	小松菜のソテー	●																											
	大豆の青海苔揚げ	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	
	鶏肉の中華風唐揚げ	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	
	たっぷり野菜のピーフン	●																										●	
9/3	海藻サラダ	●																										●	
	オクラのごまあえ	●																										●	
	豚肉の甘醤油がけ	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	
	きのこのうま煮	●																										●	
9/4	大根ときゅうりの三杯酢	●																										●	
	じゃこの金平	●																										●	
	チキンバーガー	●	△	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
	フルーツ白玉	●																										●	
9/5	野菜のレモン風味	●																										●	
	じゃがいものチーズ炒め	●																										●	
	肉じゃが	●																										●	
	揚げシューマイ	●	△	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
9/6	春雨の炒めもの	●																										●	
	白菜のボン酢和え	●																										●	
	アジフライのオニオンソース野菜添え	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	
	大根の中華煮	●																										●	
9/9	ナムル	●																										●	
	昆布の佃煮	●																										●	
	鶏肉の梅酢揚げ	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	
	ウインナーと野菜の炒めナムル	●																										●	
9/10	ほうれん草と油揚げの炒めもの	●																										●	
	りんご	●																										●	
	牛肉のマスタードソテー	●																										●	
	ジャージャー麺	●																										●	
9/10	チンゲン菜のごま風味	●																										●	
	きゅうりの酢の物	●																									●		

日	献立名・料理名	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あわび	いか	いくら	オレシ	キウイフルーツ	牛肉	くろみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ
9/11	えびチリソース	●	△	△	●	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	大豆のコンソメ煮	●																										●
	コールスローサラダ	●																										
	ブロッコリーのツナマヨ和え	●																										●
9/12	ハヤシライス	●																										●
	野菜メンチカツ	●	△	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	ほうれん草と卵のソテー	●																										●
	大根とわかめのサラダ	●																										●
9/13	みかん	●																										●
	白身魚のツナタルソース	●	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	ベーコンとさつまいもの甘辛炒め	●																										●
	三色ひたし	●																										●
9/17	かんぴょうのピリ辛	●																										●
	鮭の和風マリネ	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	里芋の煮物	●																										●
	ほうれん草のおかか和え	●																										●
9/18	みたらし団子	●																										●
	シーフードスパゲティ	●																										●
	ささみチーズフライ	●	△																									