

【月曜日・金曜日】朝食：ジャーマンポテト 昼食：チキンライス 夕食：豚肉の生姜焼き&amp;白身フライ

	使用量	アレルゲン（食品中）							アレルゲン（調味料中）								
		卵	乳	小麦	えびかに	落花生	大豆	その他	卵	乳	小麦	えびかに	落花生	大豆	その他		
ジャーマンポテト	乱切りポテト	60.0															
	たまねぎ	10.0															
	ライトツナフレーク	5.0												○			
	サラダ油	1.0															
	ガラスープ(顆粒)	0.5														鶏	
	食塩	0.3															
	こしょう	0.03															
	薄口醤油	1.0									○				○		
ポークウインナー	ドライバセリ	0.1															
	ポークウインナー	2本			○			○	豚								
	サラダ油	2.0															
ブロッコリーサラダ	トマトケチャップ	5.0															
	ブロッコリー	45.0															
	たまねぎ	10.0															
	カーネルコーン	5.0															
味噌汁	トマト	20.0															
	ノンオイル青じそドレッシング	10.0									○			○	鶏・豚・りんご		
	うずまき麺	2.0			○												
	青ねぎカット	3.0															
ご飯	白味噌(だし入)	12.0												○			
	かつおだし(顆粒)	0.5															
	精白米	100.0															
漬物	しばかつぱ	20.0									○			○			
	チキンライス	精白米	110.0														
チキンライス	トマトケチャップ	24.0															
	サラダ油	1.0															
	たまねぎ	30.0															
	人参	10.0															
	ピーマン	4.0															
	鶏挽き肉	30.0							鶏								
	濃口醤油	1.4									○			○			
	食塩	1.6															
	マッシュルーム	5.0															
	トマトピューレ	4.0															
	ウスターソース	2.0															
	中濃ソース	0.4														りんご	
	こしょう	0.2															
	砂糖	0.4															
	グリーンピース	3.0															
	星のポテト	星形ポテト	55.0														
		サラダ油(揚げ油)	5.0												○		
レタス		5.0															
卓上ノンオイル青じそドレッシング		2.0									○			○	鶏・豚・りんご		
ワカメスープ	カットわかめ	1.0															
	たまねぎ	10.0															
	ガラスープ(顆粒)	2.0														鶏	
	濃口醤油	2.0									○			○			
	食塩	0.5															
はつみつレモンゼリー	はちみつレモンゼリー	1個															
豚肉の生姜焼き &白身フライ	豚ももスライス	50.0							豚								
	たまねぎ	50.0															
	砂糖	3.0															
	濃口醤油	3.0									○			○			
	料理酒	2.0															
	おろし生姜	1.5															
	サラダ油	2.0															
	白身フライ	60.0				○											
	サラダ油(揚げ油)	5.0												○			
	卓上ウスターソース	5.0												○	りんご		
	レタス	5.0															
	キャベツ	15.0															
	人参	3.0															
	卓上ノンオイル青じそドレッシング	5.0									○			○	鶏・豚・りんご		
	大豆のいそ煮	大豆水煮	15.0							○					○		
ひじき		1.0															
きざみ揚げ		7.0							○								
人参		5.0															
こんにやく		10.0															
サラダ油		0.5															
砂糖		0.8															
濃口醤油		1.6									○			○			
薄口醤油		0.8									○			○			
料理酒		0.3															
みりん		0.3															
かつおだし(顆粒)		0.5															
いんげん		3.0															
胡瓜の酢の物		胡瓜	50.0														
		カットわかめ	0.3														
	酢	3.0									○						
	砂糖	1.5															
	薄口醤油	0.3									○			○			
味噌汁	食塩	0.1															
	小松菜	15.0															
	人参	5.0															
	青ねぎカット	3.0															
	白味噌(だし入)	8.0												○			
ご飯	かつおだし(顆粒)	0.5															
	精白米	120.0															
フルーツカクテル	フルーツカクテル缶	50.0														もも・りんご	

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております。

【火曜日・土曜日】朝食：鮭の塩焼き 昼食：牛ごぼう丼 夕食：鶏の竜田揚げ

	使用量	アレルゲン（食品中）							アレルゲン（調味料中）						
		卵	乳	小麦	えびかに	落花生	大豆	その他	卵	乳	小麦	えびかに	落花生	大豆	その他
鮭の塩焼き	秋サケ	40.0						さけ							
	食塩	0.3													
焼き厚揚げ	厚揚げ	40.0					○								
	濃口醤油	3.0							○				○		
竹輪の炒り煮	ちくわ	23.0													
	人参	15.0													
	いんげん	10.0													
	サラダ油	2.0													
	濃口醤油	4.0							○				○		
	砂糖	2.0													
	かつおだし(顆粒)	0.3													
小松菜のゆかり和え	小松菜	45.0													
	人参	5.0													
	ゆかり	1.0													
味噌汁	カットわかめ	1.0													
	青ねぎカット	3.0													
	白味噌(だし入)	8.0											○		
	かつおだし(顆粒)	0.5													
ご飯	精白米	100.0													
漬物	つぼ漬け	20.0								○			○		
牛ごぼう丼	精白米	110.0													
	牛バラ+モモ	60.0						牛							
	ささがきごぼう	40.0													
	たまねぎ	50.0													
	濃口醤油	7.0							○				○		
	砂糖	3.0													
	みりん	7.0													
	料理酒	2.0													
	かつおだし(顆粒)	0.2													
	きぬさや	2.0													
白菜のぼん酢和え	白菜	50.0													
	しめじ	6.0													
	人参	4.0													
	ぼん酢	8.0								○			○		
味噌汁	かいわれ	1.0													
	さつまいも	20.0													
	人参	3.0													
	青ねぎカット	3.0													
	白味噌(だし入)	8.0											○		
	かつおだし(顆粒)	0.5													
イチゴゼリー	イチゴゼリー	1個						りんご							
鶏の竜田揚げ	鶏もも角切 30g	4個						鶏							
	濃口醤油	5.0							○				○		
	料理酒	8.0													
	みりん	4.0													
	おろし生姜	1.0													
	片栗粉	6.0													
	サラダ油(揚げ油)	10.0											○		
	レタス	5.0													
	キャベツ	15.0													
	人参	3.0													
	トマト	20.0													
	卓上ノンオイル青じそドレッシング	5.0								○			○	鶏・豚・りんご	
	ビーフン炒め	ビーフン	10.0												
豚小間		4.0						豚							
たまねぎ		10.0													
きくらげ		0.3													
ビーマン		3.0													
人参		3.0													
サラダ油		0.5													
薄口醤油		2.5								○			○		
みりん		1.0													
塩こしょう		0.2													
ガラスープ(顆粒)		0.4												鶏	
	ごま油	0.6											ごま		
ブロッコリーの土佐和え	ブロッコリー	45.0													
	濃口醤油	3.0								○			○		
	酢	1.0								○					
	花かつお	1.0													
味噌汁	大根	20.0													
	しめじ	5.0													
	青ねぎカット	3.0													
	白味噌(だし入)	8.0											○		
	かつおだし(顆粒)	0.5													
ご飯	精白米	120.0													
フルーツカクテル	フルーツカクテル缶	50.0						もも・りんご							

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております。

	使用量	アレルゲン（食品中）							アレルゲン（調味料中）						
		卵	乳	小麦	えびかに	落花生	大豆	その他	卵	乳	小麦	えびかに	落花生	大豆	その他
星のハンバーグ	星のハンバーグ 60g	1個					○	鶏・豚							
	サラダ油	1.0													
	トマトケチャップ	5.0													
	ウスターソース	4.0													
キャベツとコーンのソテー	砂糖	0.5													
	キャベツ	40.0													
	ツナフレーク	10.0											○		
	人参	5.0													
	ピーマン	5.0													
	サラダ油	1.0													
	ガラスープ(顆粒)	0.5													鶏
	食塩	0.3													
星のポテト	こしょう	0.03													
	星形ポテト	33.0													
野菜とえのき茸の和え物	サラダ油(揚げ油)	3.0											○		
	ほうれん草	45.0													
味噌汁	えのき茸	5.0													
	薄口醤油	3.0									○			○	
	みりん	1.0													
	小町麩	2.0			○										
ご飯	青ねぎカット	3.0													
	白味噌(だし入)	8.0													○
漬物	かつおだし(顆粒)	0.5													
	精白米	100.0													
葱塩豚カルビ丼	さくら漬	20.0									○			○	
	精白米	110.0													
	豚バラスライス	60.0						豚							
	たまねぎ	50.0													
	長葱	10.0													
	もやし	20.0													
	塩ダレ	10.0												○	ごま・ゼラチン
	片栗粉	0.5													
	サラダ油	1.0													
	青ねぎ	3.0													
春雨の酢の物	緑豆春雨	8.0													
	胡瓜	12.0													
	人参	5.0													
	きくらげ	0.5													
	砂糖	2.0													
	濃口醤油	1.0									○			○	
中華スープ	酢	4.0									○				
	たけのこスライス	10.0													
	カットわかめ	0.3													
	ガラスープ(顆粒)	2.0													鶏
	濃口醤油	2.0									○			○	
はちみつレモンゼリー	はちみつレモンゼリー	1個													
揚げ魚の野菜あんかけ	スケソウダラ 70g	1切													
	食塩	0.5													
	片栗粉	5.0													
	サラダ油(揚げ油)	8.0												○	
	たまねぎ	20.0													
	人参	5.0													
	白菜	30.0													
	干椎茸	1.0													
	濃口醤油	6.0									○			○	
	料理酒	3.0													
	砂糖	3.0													
	みりん	2.0													
	かつおだし(顆粒)	0.2													
	片栗粉	2.0													
絹さや	5.0														
がんもの煮物	がんもどき 25g	1個						○							
	大根	20.0													
	人参	8.0													
	濃口醤油	1.0									○			○	
	薄口醤油	2.0									○			○	
	砂糖	1.0													
	みりん	1.0													
	料理酒	2.0													
かつおだし(顆粒)	0.2														
小松菜の煮浸し	いんげん	3.0													
	小松菜	50.0													
	人参	5.0													
	砂糖	1.5													
	薄口醤油	3.0									○			○	
味噌汁	みりん	1.0													
	かつおだし(顆粒)	0.1													
	たまねぎ	20.0													
	人参	5.0													
	青ねぎカット	3.0													
ご飯	白味噌(だし入)	8.0													○
	かつおだし(顆粒)	0.5													
フルーツカクテル	精白米	120.0													
	フルーツカクテル缶	50.0													もも・りんご

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております。

【木曜日】朝食：チキングリル 昼食：ソースカツ丼 夕食：牛肉のトマト煮込み

	使用量	アレルゲン（食品中）							アレルゲン（調味料中）							
		卵	乳	小麦	えびかに	落花生	大豆	その他	卵	乳	小麦	えびかに	落花生	大豆	その他	
チキングリル	鶏もも切身	60.0						鶏								
	食塩	0.3														
	こしょう	0.02														
	サラダ油	1.0														
いんげんとコーンのソテー	いんげん	40.0														
	玉葱	10.0														
	カーネルコーン	5.0														
	サラダ油	1.0														
	塩こしょう	0.3														
	薄口醤油	0.8									○			○		
ポテトフライ	ナチュラルカットポテト	40.0														
	サラダ油(揚げ油)	3.0												○		
	トマトケチャップ	5.0														
サラダ	ブロッコリー	20.0														
	人参	3.0														
	レタス	5.0														
	卓上ノンオイル青じそドレッシング	5.0									○			○	鶏・豚・りんご	
味噌汁	カットわかめ	1.0														
	青ねぎカット	3.0														
	白味噌(だし入)	8.0												○		
	かつおだし(顆粒)	0.5														
ご飯	精白米	100.0														
漬物	千切大根漬	20.0									○			○		
ソースカツ丼	精白米	110.0														
	キャベツ	50.0														
	ロースとんかつ	80.0			○		○	豚								
	サラダ油(揚げ油)	8.0													○	
	ソースカツ丼のタレ	30.0									○			○	りんご・鶏・豚	
	かいわれ	2.0														
南瓜のいとこ煮	南瓜	40.0														
	小豆	4.0														
	砂糖	3.0														
	濃口醤油	0.3									○			○		
	薄口醤油	0.5									○			○		
	みりん	0.3														
	かつおだし(顆粒)	0.5														
味噌汁	白菜	20.0														
	人参	7.0														
	青ねぎカット	3.0														
	白味噌(だし入)	12.0												○		
	かつおだし(顆粒)	0.5														
イチゴゼリー	イチゴゼリー	1個													りんご	
牛肉のトマト煮込み	牛小間	60.0														牛
	じゃがいも	60.0														
	たまねぎ	50.0														
	人参	20.0														
	サラダ油	2.0														
	トマトソース	50.0													○	
	トマトケチャップ	8.0														
	ウスターソース	5.0														
	食塩	0.3														
	ガラスープ	1.0														鶏
	片栗粉	2.0														
	ブロッコリー	20.0														
	コーンサラダ	サニーレタス	10.0													
レタス		15.0														
胡瓜		10.0														
人参		5.0														
カーネルコーン		15.0														
卓上ノンオイル青じそドレッシング		10.0										○			○	鶏・豚・りんご
ご飯	精白米	120.0														
フルーツカクテル	フルーツカクテル缶	50.0													もも・りんご	

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております。