

【月曜日・火曜日・木曜日・土曜日】朝食：ホッケの塩焼き 昼食：鶏そぼろ丼 夕食：トンテキ

	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	
ホッケの塩焼き	ホッケ	1切														
	食塩	0.5														
	濃口醤油	3.0									●			●		
	レモン	10.0														
	大根おろし	20.0														
キャベツサラダ	サニーレタス	5.0														
	キャベツ	20.0														
	人参	5.0														
	カーネルコーン	5.0														
	ライトツナフレーク油漬	10.0												●		
	マヨドレ(卵不使用)	10.0												●		
	塩こしょう	1.0														
ポテトのケチャップ炒め	かいわれ	3.0														
	ポテト(乱切)	35.0														
	ムキ玉葱	10.0														
	ポークウインナー	10.0			●			●	豚							
	トマトケチャップ	6.0														
味噌汁	塩こしょう	1.0														
	サラダ油	1.0														
	小町麩	1.0			●											
	青ねぎ	3.0														
ご飯	白味噌(だし入)	8.0												●		
	かつおだし(顆粒)	0.5														
鶏そぼろ丼	精白米	100.0														
	精白米	110.0														
	鶏挽き肉(もも)	80.0							鶏							
	ほうれん草	15.0														
	サラダ油	1.0														
	濃口醤油	4.0									●			●		
	砂糖	2.0														
	みりん風調味料	2.0														
	料理酒	2.0														
	おろし生姜	0.5														
	トマト	20.0														
ずまし汁	花麩	1.0			●											
	カットわかめ	0.5														
	薄口醤油	1.5									●			●		
	食塩	0.3														
	かつおだし(顆粒)	0.5														
青りんごゼリー	青りんごゼリー	1個														
トンテキ	豚ロース切身	1枚							豚							
	サラダ油	4.0														
	とんてきソース	10.0									●			●		
	キャベツ	15.0														
	レタス	5.0														
	トマト	15.0														
マカロニサラダ	ツイストマカロニ	15.0			●											
	人参	5.0														
	ライトツナフレーク油漬	5.0												●		
	カーネルコーン	7.0														
	ムキ玉葱	10.0														
	塩こしょう	0.1														
	マヨドレ(卵不使用)	10.0												●		
ブロccoli	10.0															
星のポテト	星形ポテト	33.0														
	サラダ油	3.0														
味噌汁	大根	10.0														
	ムキ玉葱	10.0														
	青ねぎ	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														
はちみつレモンゼリー	はちみつレモンゼリー	1個														

※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2品目のみとなっております。

【水曜日・金曜日・日曜日】朝食：蒸し鶏 昼食：牛焼肉丼 夕食：チキンカツ

		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
蒸し鶏	鶏もも切身	1枚							鶏							
	料理酒	5.0														
	塩こしょう	0.01														
	味付ぼん酢	10.0										●			●	
	かいわれ	5.0														
	キャベツ	20.0														
	レタス	10.0														
	カーネルコーン	5.0														
	カットわかめ	0.5														
	トマト	15.0														
フライドポテト	フレンチフライドポテト	40.0			●											
	サラダ油	11.0														
	トマトケチャップ	6.0														
	サニーレタス	8.0														
味噌汁	ムキ玉葱	10.0														
	きざみ揚げ	5.0						●								
	青ねぎ	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														
牛焼肉丼	精白米	110.0														
	牛小間	75.0							牛							
	トマト	20.0														
	にら	7.0														
	もやし	30.0														
	ごま油	2.0							ごま							
	塩こしょう	0.0														
	焼肉のたれ(醤油)	15.0							ごま			●			●	
	ムキ玉葱	10.0														
	野菜スープ	人参	5.0													
ムキ玉葱		10.0														
ガラスープ(顆粒)		1.0														鶏
食塩		0.3														
薄口醤油		2.0										●			●	
ドライバセリ	0.0															
イチゴゼリー	イチゴゼリー	1個							りんご							
チキンカツ	チキンカツ	1枚			●				鶏							
	サラダ油	5.0														
	中濃ソース	10.0														りんご
	トマトケチャップ	5.0														
	キャベツ	15.0														
	トマト	15.0														
	ノンオイル減塩フレンチ	5.0														
	焼きじゃが	焼きじゃが	1個			●			●							
きのこスパゲティ	サラダ油	3.0														
	食塩	0.1														
	フロッキー	15.0														
	スパゲティ	15.0			●											
	ムキ玉葱	15.0														
	きのこミックス	10.0														
	濃口醤油	3.0										●			●	
	塩こしょう	0.3														
	おろしにんにく	0.3														
	オリーブオイル	1.0														
味噌汁	ドライバセリ	0.1														
	うずまき麩	1.0			●											
	ムキ玉葱	10.0														
	冷)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														
オレンジゼリー	オレンジゼリー	120.0														

※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2品目のみとなっております。

【予備メニュー】 朝食：具だくさん味噌汁 昼食：牛ごぼう丼 夕食：豚の生姜焼き&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	
具だくさん味噌汁	豚小間	30.0						豚								
	ムキ玉葱	20.0														
	里芋	20.0														
	きざみ揚げ	5.0						●								
	つきこんにやく	5.0														
	ささがきごぼう	10.0														
	大根	15.0														
	人参	20.0														
	しいたけ	5.0														
	青ねぎ	5.0														
	白味噌	12.0													●	
かつおだし(顆粒)	0.5															
さばの塩焼き	さば	50.0						さば								
	食塩	0.5														
	サラダ油	1.0														
	濃口醤油	3.0									●			●		
	大根おろし	20.0														
ハッシュドポテト	ハッシュドポテト	32.0														
	サラダ油	3.0														
サラダ	トマトケチャップ	5.0														
	キャベツ(千切り)	20.0														
	レタス	10.0														
	赤パプリカ	3.0														
ドレッシング	5.0															
ご飯	精白米	100.0														
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														
	ムキ玉葱	50.0														
	濃口醤油	7.0									●			●		
	砂糖	3.0														
	みりん風調味料	7.0														
	料理酒	2.0														
	かつおだし(顆粒)	0.2														
	絹さや	2.0														
コーンサラダ	レタス	25.0														
	胡瓜	10.0														
	人参	5.0														
	カーネルコーン	10.0														
ドレッシング	10.0															
味噌汁	わかめ	0.5														
	小町麴	1			●											
	青ねぎ	3.0														
	白味噌(だし入)	12.0													●	
	かつおだし(顆粒)	0.5														
はちみつレモンゼリー	はちみつレモンゼリー	1個														
豚の生姜焼き & 白身フライ	豚小間	70.0						豚								
	ムキ玉葱	60.0														
	赤パプリカ	5.0														
	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														
	骨付白身フライ	1個			●			●								
	ウスターソース	5.0														
	サラダ油	5.0														
	レタス	5.0														
	キャベツ(千切り)	15.0														
	ミトマト	1個														
	ドレッシング	2.0														
ひじき煮	ひじき	5.0														
	人参	5.0														
	きざみ揚げ	5.0						●								
	いんげんカット	15.0														
	濃口醤油	5.0									●			●		
	みりん風調味料	2.0														
	砂糖	1.0														
清まし汁	ムキ玉葱	10.0														
	人参	10.0														
	青ねぎ	3.0														
	食塩	0.6														
	薄口醤油	1.1									●			●		
	かつおだし(顆粒)	2.2														
ご飯	精白米	120														
青りんごゼリー	青りんごゼリー	1個						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21品目のみとなっております。