

【幕ノ内弁当】

献立・使用食材		アレルギー		コンタミ
ご飯	米			
唐揚げ(3個)	唐揚げ(冷)	大豆	小麦	
		卵	乳	
		鶏肉		
塩サバ(30g)	サバ	サバ		
ミートボール(1個)	ミートボール(冷)	大豆	小麦	
		豚肉	乳	
	甘酢あんタレ	小麦	大豆	米
卵焼き(1/16)	厚焼玉子(冷)	大豆	卵	乳・小麦
揚げ餃子(1個)	餃子(冷)	小麦	大豆	エビ・乳
		豚肉		
ちくわ(1/4)	ちくわ 薄口濃口醤油 みりん・砂糖 白だし	大豆	小麦	乳・小麦・卵
		大豆	小麦	
		サバ		
天ぷら(1/4)	角てん 薄口濃口醤油 みりん・砂糖 白だし	小麦	卵	
		乳	ゼラチン	
		大豆	小麦	
		大豆	小麦	
	サバ			
蓮根と牛蒡の きんぴら	蓮根 人参 牛蒡 みりん 薄口濃口醤油 白だし	大豆	小麦	
		大豆	小麦	
		サバ		
梅干し	梅			ゴマ・魚介類
オレンジ	オレンジ	オレンジ		
漬け物	たくあん			

【のり弁当】

献立・使用食材		アレルギー		コンタミ
ご飯	米			
白身フライ	白身フライ(冷)	小麦	大豆	
	醤油	小麦	大豆	
磯辺揚げ	ちくわ			乳・小麦・卵 乳・大豆・卵
	小麦粉	小麦		
	片栗粉			
	あおさ	海苔		
卵焼き(1/16)	厚焼玉子(冷)	大豆	卵	乳・小麦
蓮根と牛蒡の きんぴら	蓮根			
	人参			
	牛蒡			
	みりん			
	薄口濃口醤油	大豆	小麦	
	白だし	大豆	小麦	
	サバ			
焼き海苔	海苔			大豆・小麦・ゴマ
おかか	鰹節	大豆	小麦	
		サバ		
漬け物	たくあん			

【チキンタルタル弁当】

献立・使用食材		アレルギー		コンタミ
ご飯	米			
チキンカツ	チキンカツ(冷)	大豆	小麦	
		卵	鶏肉	
タルタルソース		大豆	卵	
卵焼き(1/16)	厚焼玉子(冷)	大豆	卵	乳・小麦
蓮根と牛蒡の きんぴら	蓮根			
	人参			
	牛蒡			
	みりん			
	薄口濃口醤油	大豆	小麦	
	白だし	大豆	小麦	
	サバ			
漬け物	たくあん			

(月・金)メニュー

【朝食】

献立・使用食材	アレルゲン	コンタミ
▼ご飯 米		
▼味噌汁 里芋 きざみ揚げ 味噌	大豆 大豆	
▼出し巻卵 厚焼き玉子	卵 大豆	小麦、乳
▼ウインナー炒め あらびきウインナー	卵 乳 小麦 大豆 豚肉 鶏肉	牛肉、リンゴ
塩コショウ		
▼ベーコンと玉葱の炒め物 ベーコン	豚肉 大豆 卵 乳	小麦、牛肉 鶏肉、リンゴ ゼラチン
玉葱 ピーマン 塩コショウ コンソメ	大豆 小麦 鶏肉	
▼納豆	大豆 小麦	
▼ふりかけ	卵 乳 小麦 大豆 ゴマ	エビ、鮭 ゼラチン
▼漬物 たくあん		
▼千切りキャベツ	卵	

【昼食】

献立・使用食材	アレルゲン	コンタミ
▼カツカレー 豚カツ	豚肉 大豆 卵 乳 小麦	
ナス 玉葱 人参 豚肉スライス カレールウ	豚肉 小麦 乳 大豆 やまいも 鶏肉 豚肉	
▼マカロニサラダ マカロニ きゅうり 人参 ハム	小麦 卵 乳 大豆 豚肉 大豆 リンゴ 卵	
マヨネーズ		
塩コショウ		
▼杏仁豆腐 杏仁豆腐 みかん缶	乳	
▼福神漬け 福神漬け	大豆 小麦 ゴマ	エビ

【夕食】

献立・使用食材	アレルゲン	コンタミ
▼ご飯		
▼野菜かき揚げ かき揚げ	小麦 大豆	
▼鶏肉の照り焼き ミニ照り焼きチキン	小麦 大豆 鶏肉	
▼ナポリタン スパゲティ あらびきウインナー	小麦 卵 乳 小麦 大豆 豚肉 鶏肉	牛肉、リンゴ
玉葱 ピーマン ケチャップ 塩コショウ		
▼もやしのごま和え もやし キャベツ 人参 ゴマ	ゴマ 大豆 小麦 大豆 小麦 サバ	
薄口醤油 白だし		
▼卵スープ 卵 わかめ 薄口醤油 白だし	卵 大豆 小麦 大豆 小麦 サバ	エビ、カニ
みりん 片栗粉		
▼青りんごゼリー		
▼千切りキャベツ	卵	
▼漬物 たくあん		

(火・土)メニュー

【朝食】

献立・使用食材	アレルギー	コンタミ
▼ご飯 米		
▼味噌汁 ワカメ きざみ揚げ 味噌	大豆 大豆	エビ、カニ
▼出し巻卵 厚焼き玉子	卵 大豆	小麦、乳
▼ウインナー炒め あらびきウインナー	卵 乳 小麦 大豆 豚肉 鶏肉	牛肉、リンゴ
塩コショウ		
▼切り干し大根の煮物 切り干し大根 人参 ちくわ 椎茸 薄口醤油 みりん 白だし	大豆 小麦 大豆 小麦 サバ	乳、小麦、卵
▼味付け海苔	大豆	小麦
▼ふりかけ	卵 乳 小麦 大豆 ゴマ	エビ、鮭 ゼラチン
▼漬物 たくあん		
▼千切りキャベツ	卵	

【昼食】

献立・使用食材	アレルギー	コンタミ
▼牛丼 米 牛肉 玉葱 濃口醤油 薄口醤油 白だし	牛肉 大豆 小麦 大豆 小麦 大豆 小麦 サバ	
みりん 酒		
▼酢の物 春雨 きゅうり 人参 ゴマ 白だし	大豆 小麦 サバ	
▼吸い物 花麩 ゴマ 薄口醤油 みりん 白だし	小麦 小麦 ゴマ 小麦 大豆 小麦 大豆 小麦 サバ	
▼紅しょうが 紅しょうが		

【夕食】

献立・使用食材	アレルギー	コンタミ
▼ご飯		
▼豚肉の生姜焼き 豚肉 玉葱 生姜焼きのタレ	豚肉 大豆 小麦 小麦 大豆 豚肉 乳	
▼ミートコロッケ	小麦 大豆 豚肉 乳	
▼和風スパゲティ ベーコン	豚肉 大豆 卵 乳	小麦、牛肉 鶏肉、リンゴ ゼラチン
しめじ ネギ 濃口醤油 白だし	大豆 小麦 大豆 小麦 サバ	
▼ほうれん草のおひたし ほうれん草 もやし ゴマ 薄口醤油 みりん 白だし	ゴマ 大豆 小麦 大豆 小麦 大豆 小麦 サバ	
▼野菜スープ 人参 キャベツ コンソメ 薄口醤油	大豆 小麦 鶏肉 大豆 小麦	
▼みかんゼリー		
▼千切りキャベツ	卵	
▼漬物 たくあん		

(水・日)メニュー

【朝食】

献立・使用食材	アレルギー	コンタミ
▼ご飯 米		
▼味噌汁 玉葱 きざみ揚げ 味噌	大豆	
▼出し巻卵 厚焼き玉子	卵 大豆	小麦、乳
▼ウインナー炒め あらびきウインナー	卵 乳 小麦 大豆 豚肉 鶏肉	牛肉、リンゴ
塩コショウ		
▼ひじきの煮物 ひじき 人参 揚げ 濃口醤油 薄口醤油 みりん 白だし	大豆 小麦 大豆 小麦 大豆 小麦 サバ	
▼納豆	大豆 小麦	
▼ふりかけ	卵 乳 小麦 大豆 ゴマ	エビ、鮭 ゼラチン
▼漬物 たくあん		
▼千切りキャベツ	卵	

【昼食】

献立・使用食材	アレルギー	コンタミ
▼ハヤシライス 牛肉 玉葱 ハヤシフレーク	牛肉 大豆 小麦	牛肉
▼ポテトサラダ ジャガイモ きゅうり 人参 ハム	卵 乳 大豆 豚肉	小麦、牛肉 鶏肉、リンゴ ゼラチン
塩コショウ 味の素 マヨネーズ	大豆 リンゴ 卵	
▼オレンジ カットオレンジ		
▼福神漬け 福神漬け	大豆 小麦 ゴマ	エビ

【夕食】

献立・使用食材	アレルギー	コンタミ
▼ご飯		
▼からあげネギソース からあげ ネギ 甘酢ソース	卵 大豆 鶏肉 小麦 大豆 小麦	
▼ミートコロッケ	小麦 大豆 豚肉 乳	
▼焼きビーフン ビーフン 人参 キャベツ 豚肉 塩コショウ コンソメ 白だし	大豆 小麦 鶏肉 大豆 小麦 サバ	
▼もやしときゅうりの胡麻和え もやし きゅうり ゴマ 薄口醤油 白だし	ゴマ 大豆 小麦 大豆 小麦 サバ	
▼中華スープ 玉葱 中華の素	大豆 鶏肉 豚肉	
▼ブドウゼリー		
▼千切りキャベツ	卵	
▼漬物 たくあん		

(木)メニュー

【朝食】

献立・使用食材	アレルギー	コンタミ
▼ご飯 米		
▼味噌汁 えのき きざみ揚げ 味噌	大豆 大豆	
▼出し巻卵 厚焼き玉子	卵 大豆	小麦、乳
▼ウインナー炒め あらびきウインナー	卵 乳 小麦 大豆 豚肉 鶏肉	牛肉、リンゴ
塩コショウ		
▼きんぴら レンコン 人参 こんにゃく 濃口醤油 白だし	大豆 小麦 大豆 小麦 サバ	
みりん		
▼味付け海苔	大豆	小麦
▼ふりかけ	卵 乳 小麦 大豆 ゴマ	エビ、鮭 ゼラチン
▼漬物 たくあん		
▼千切りキャベツ	卵	

【昼食】

献立・使用食材	アレルギー	コンタミ
▼血うどん 血うどん 豚肉 かまぼこ	小麦 豚肉 大豆 小麦 卵	大豆
もやし キャベツ コンソメ	大豆 小麦 鶏肉	
塩コショウ		
▼揚げ餃子 餃子	大豆 小麦 豚肉	エビ、乳
▼吸い物 花麩 ゴマ 薄口醤油 みりん 白だし	小麦 ゴマ 大豆 小麦 大豆 小麦 サバ	
▼漬物 たくあん		

【夕食】

献立・使用食材	アレルギー	コンタミ
▼ご飯		
▼ハンバーグ ハンバーグ	大豆 小麦 牛肉 鶏肉 卵	
照り焼きのタレ	乳 大豆 小麦 乳 ゴマ	
▼ミートコロケ	小麦 大豆 豚肉 乳	
▼竹の子土佐煮 竹の子土佐煮	大豆 小麦 サバ 鮭	
▼焼きそば スパゲティ 豚肉 キャベツ 人参 焼きそばソース 塩コショウ	小麦 豚肉 大豆 小麦 リンゴ	
▼のっぺ汁 大根 人参 鶏肉 牛蒡 こんにゃく ネギ 薄口醤油 白だし	鶏肉 大豆 小麦 大豆 小麦 サバ	
▼ピーチゼリー		
▼千切りキャベツ	卵	
▼漬物 たくあん		