

日付	朝食							昼食							夕食													
	小麦	卵	乳	そば	落花生	ごま	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	落花生	ごま	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	落花生	ごま	えび	かに				
1 5 9 13 17 21 25 29	ごはん								長崎皿うどん	●					●	●	●	ごはん ゆかりごはん										
	パン	●	●	●														なめこ汁	●									
	牛乳			●					カレーライス	●	●																	
	いちごジャム マーガリン			●																								
	味付けのり、ふりかけ	●	●	●			●	●	●	ハムカツ	●	●						牛肉の根菜炒め	●						●			
	納豆(タレ付き)	●								カレイ竜田揚げ	●							イカリングフライ	●	●								
										味噌田楽	●							スパゲティーベベロンチーノ	●									
	厚焼き玉子	●	●															フライドポテト	●									
	ボイルウインナー									生野菜								ズッキーニのラタトゥイユ	●									
	野菜コロッケ	●	●	●						フルーツ																		
	生野菜																	生野菜										
	味噌汁	●																フルーツ										
	フルーツ																											
ドレッシング	●	●				●			ドレッシング	●	●				●		ドレッシング	●	●						●			
2 6 10 14 18 22 26 30	ごはん								博多とんこつラーメン	●	●	●					ごはん わかめごはん											
	パン	●	●	●													肉団子スープ	●	●	●				●				
	牛乳			●					花山御番所油揚げ丼	●	●																	
	いちごジャム マーガリン			●																								
	味付けのり、ふりかけ	●	●	●			●	●	●	レンコンのはさみ揚げ	●						鶏肉のハーブ焼き											
	納豆(タレ付き)	●								粉ふき芋							アジフライ	●	●									
										もやしのナムル	●				●		トマトのペンネサラダ	●	●	●								
	オムレツ		●	●													フライドポテト	●										
	ベーコンとズッキーニのソテー		●							生野菜							切り干し大根とワカメの酢もの											
	さつま揚げの煮物	●								フルーツ																		
	生野菜																生野菜											
	味噌汁	●															フルーツ											
	フルーツ																											
ドレッシング	●	●				●			ドレッシング	●	●				●		ドレッシング	●	●						●			
3 7 11 15 19 23 27	ごはん								冷たいとろろそば	●		●					ごはん ゆかりごはん											
	パン	●	●	●													なめこ汁	●										
	牛乳			●					沖縄タコライス	●																		
	いちごジャム マーガリン			●																								
	味付けのり、ふりかけ	●	●	●			●	●	●	肉詰めピーマンフライ	●	●					豚肉の梅しそ焼き	●										
	納豆(タレ付き)	●								サンマ生姜煮	●	●					ほたてのクリーミーコロッケ	●	●	●					●	●		
										金平ごぼう	●						焼きそば	●	●						●			
	厚焼き玉子	●	●														フライドポテト	●										
	ボイルウインナー									生野菜							ふきとたけのこの煮物	●										
	ポテトコロッケ	●	●							フルーツ																		
	生野菜																生野菜											
	味噌汁	●															フルーツ											
	フルーツ																											
ドレッシング	●	●				●			ドレッシング	●	●				●		ドレッシング	●	●						●			
4 8 12 16 20 24 28	ごはん								山菜うどん	●							ごはん わかめごはん											
	パン	●	●	●													肉団子スープ	●	●	●					●			
	牛乳			●					登米油麩丼	●	●																	
	いちごジャム マーガリン			●																								
	味付けのり、ふりかけ	●	●	●			●	●	●	揚げ餃子	●					●	宮崎チキン南蛮	●	●	●								
	納豆(タレ付き)	●								きゅうりとちくわの酢もの	●						鱈の西京焼き	●										
										マカロニサラダ		●	●				チャプチェ	●								●		
	オムレツ		●	●													フライドポテト	●										
	ベーコンとズッキーニのソテー		●							生野菜							枝豆とひじきの煮物	●										
	さつま揚げの煮物	●	●							フルーツ																		
	生野菜																生野菜											
	味噌汁	●															フルーツ											
	フルーツ																											
ドレッシング	●	●				●			ドレッシング	●	●				●		ドレッシング	●	●						●			

※1 コンタミ【アレルゲン物質とは異なった物質が混入すること】はアレルギー表には表示していません。(工場等の製造過程や食材の生息地域で入ってしまう場合)
 ※2 ドレッシング類、フルーツ、生野菜、漬物、味噌汁・スープの具材は日によって食材が異なります。その際のアレルギー表示はバイキングレーン等をご参照下さい。
 ※3 乳の表示に乳化剤は含まれていません。