

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								たぬきうどん	●							ごはん ひじきご飯	●						
	パン	●	●	●												コンソメスープ	●	●						
	牛乳			●					豚丼	●														
	いちごジャム マーガリン			●											鶏肉の照焼き	●								
	味付けのり、ふりかけ	●	●	●		●	●	●	ポークシュウマイ	●	●				▲▲	サンマの塩焼き								
	納豆(タレ付き)	●							ふかしいも							油そば	●	●					●	
									枝豆としめじサラダ	●	●					フライドポテト								
	スクランブルエッグ	●	●	●											ちくわとレンコンのピリ辛炒め煮	●								
	ボイルウインナー								生野菜															
	マカロニサラダ	●	●						フルーツ															
	生野菜														生野菜									
	味噌汁	●													フルーツ									
	ゼリー																							
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								醤油わかめラーメン	●	●					ごはん わかめごはん								
	パン	●	●	●											中華スープ	●	●							
	牛乳			●					きのこと栗のたきこみごはん	●														
	いちごジャム マーガリン			●											豚焼肉	●						●		
	味付けのり、ふりかけ	●	●	●		●	●	●	鶏唐揚げ	●	●	●				カレーコロッケ	●	●	●					
	納豆(タレ付き)	●							鮭の塩焼き							和風パスタ	●	●						
									春雨中華サラダ	●	●			●	フライドポテト									
	オムレツ		●	●											ゴボウの胡麻サラダ	●	●						●	
	ミートボールの甘酢あんかけ	●	▲	●					生野菜															
	ごぼうと竹輪の金平	●	▲						フルーツ															
	生野菜														生野菜									
	味噌汁	●													フルーツ									
	ゼリー																							
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								なめこそば	●	●	●				ごはん ひじきご飯	●							
	パン	●	●	●											コンソメスープ	●	●							
	牛乳			●					牛丼	●														
	いちごジャム マーガリン			●											鶏肉の照焼き	●								
	味付けのり、ふりかけ	●	●	●		●	●	●	白身魚フライ	●						さばの味噌煮	●							
	納豆(タレ付き)	●							ポテトサラダ		●					焼きそば	●	▲		▲				
									玉こんにゃくのピリ辛煮	●						フライドポテト								
	スクランブルエッグ	●	●	●											里芋のおかか和え	●								
	ボイルウインナー								生野菜															
	切り昆布の煮物	●							フルーツ															
	生野菜														生野菜									
	味噌汁	●													フルーツ									
	ゼリー																							
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								シーフードラーメン	●	●			●	●	●	ごはん わかめごはん							
	パン	●	●	●											中華スープ	●	●							
	牛乳			●					カレーライス	●	●													
	いちごジャム マーガリン			●											ハンバーグ	●		●						
	味付けのり、ふりかけ	●	●	●		●	●	●	蒸しギョウザ	●	●	●		●	鮭のエスカベッシュ	●								
	納豆(タレ付き)	●							キムチもやし					●	スパゲティ・ナポリタン	●	▲							
									大根の田楽	●						フライドポテト								
	オムレツ		●	●											人参とツナのシリシリ	●								
	ミートボールの甘酢あんかけ	●	▲	●					生野菜															
	ひじきと大豆の煮物	●							フルーツ															
	生野菜														生野菜									
	味噌汁	●													フルーツ									
	ゼリー																							
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おりません。
 ※4 コンタミは▲の表示となります