☆1.2.3月メニュー ☆　～アレルギー表～

1月提供日	1・4・7・10・13・16・19・22・25・28・31
2月提供日	3・6・9・12・15・18・21・24・27
3月提供日	2・5・8・11・14・17・20・23・26・29

分類	NO.1	7大アレルゲン							その他　20品目																			
		卵	乳	小麦	落花生	そば	かに	えび	大豆	いか	鮭	さば	牛肉	豚肉	鶏肉	ゼラチン	オレンジ	りんご	バナナ	キウイ	もも	ごま	くるみ	カシューナッツ	山芋	松茸	いくら	あわび
朝食	ご飯																											
	パン・ジャム・マーガリン		●	●					●																			
	日替わり雑炊	●							●					●	●	●												
	みそ汁								●																			
	お楽しみコロッケ	●	●	●					●					●	●	●												
	オムレツ	●	●	●					●																			
	ひじきの煮物			●					●			●																
	いんげんの胡麻和え			●					●													●						
	千切りキャベツ																											
	フルーツ																											
	調味料	●		●					●								●											
	納豆			●					●																			
	ふりかけ	●	●	●					●		●				●							●						
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●														●											
昼食	ご飯																											
	けんちんうどん			●					●																			
	すまし汁			●					●			●																
	アジフライ		●	●					●																			
	回鍋肉			●					●					●				●				●						
	日替わり点心	●	●	●			●	●	●					●	●							●						
	マカロニサラダ	●	●	●					●																			
	千切りキャベツ																											
	日替わりサラダ																											
	日替わり煮物			●					●																			
	フルーツ																●											
	調味料	●		●					●								●											
	ふりかけ	●	●	●					●		●				●							●						
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●														●											
夕食	ご飯・わかめごはん																											
	中華スープ	●							●					●	●	●						●						
	和風スパゲティ		●	●					●																			
	チキンカツ	●	●	●					●						●													
	白身魚の塩麹焼き																											
	フライドポテト 青のり風味			●					●																			
	里芋のそぼろ煮			●					●						●													
	千切りキャベツ																											
	日替わりサラダ								●																			
	デザート	●	●	●					●							●												
	調味料	●		●					●								●											
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●														●											

☆1.2.3月メニュー ☆　～アレルギー表～

1月提供日	2・5・8・11・14・17・20・23・26・29
2月提供日	1・4・7・10・13・16・19・22・25・28
3月提供日	3・6・9・12・15・18・21・24・27・30

分類	NO.2	7大アレルゲン							その他　20品目																			
		卵	乳	小麦	落花生	そば	かに	えび	大豆	いか	鮭	さば	牛肉	豚肉	鶏肉	ゼラチン	オレンジ	りんご	バナナ	キウイ	もも	ごま	くるみ	カシューナッツ	山芋	松茸	いくら	あわび
朝食	ご飯																											
	パン・ジャム・マーガリン		●	●					●																			
	日替わり雑炊	●							●					●	●	●												
	みそ汁								●																			
	お楽しみコロッケ	●	●	●					●					●	●	●												
	スクランブルエッグ	●	●	●					●						●													
	切干大根の煮物			●					●																			
	もやしの赤しそ和え			●					●																			
	千切りキャベツ																											
	フルーツ																											
	調味料	●		●					●								●											
	納豆			●					●																			
	ふりかけ	●	●	●					●		●				●							●						
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●														●											
昼食	ご飯																											
	ちゃんぽんめん	●		●					●					●	●													
	すまし汁			●					●			●																
	イカカツ			●					●	●																		
	麻婆豆腐			●					●						●													
	日替わり点心	●	●	●			●	●	●					●	●							●						
	ポテトサラダ	●	●	●					●																			
	千切りキャベツ																											
	日替わりサラダ																											
	日替わり煮物			●					●																			
	フルーツ																●											
	調味料	●		●					●								●											
	ふりかけ	●	●	●					●		●				●							●						
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●														●											
夕食	ご飯・ゆかりご飯																											
	中華スープ	●							●					●	●	●						●						
	明太子スパゲティ	●		●					●																			
	メンチカツ		●	●					●				●	●														
	白身魚のピリ辛焼き			●					●									●				●						
	フライドポテト コンソメ風味		●	●					●						●													
	小松菜のなめたけ和え			●					●																			
	千切りキャベツ																											
	日替わりサラダ																											
	デザート	●	●	●					●							●												
	調味料	●		●					●								●											
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●														●											

☆1.2.3月メニュー ☆　～アレルギー表～

1月提供日	3・6・9・12・15・18・21・24・27・30
2月提供日	2・5・8・11・14・17・20・23・26
3月提供日	1・4・7・10・13・16・19・22・25・28・31

分類	NO.3	7大アレルゲン							その他　20品目																			
		卵	乳	小麦	落花生	そば	かに	えび	大豆	いか	鮭	さば	牛肉	豚肉	鶏肉	ゼラチン	オレンジ	りんご	バナナ	キウイ	もも	ごま	くるみ	カシューナッツ	山芋	松茸	いくら	あわび
朝食	ご飯																											
	パン・ジャム・マーガリン		●	●					●																			
	日替わり雑炊	●							●					●	●	●												
	みそ汁								●																			
	お楽しみコロッケ	●	●	●					●					●	●	●												
	厚焼き卵	●		●					●																			
	高野豆腐の煮物			●					●																			
	菜の花のお浸し			●					●																			
	千切りキャベツ																											
	フルーツ																											
	調味料	●		●					●								●											
	納豆			●					●																			
	ふりかけ	●	●	●					●		●				●							●						
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●														●											
昼食	ご飯																											
	味噌コーンラーメン	●		●					●				●	●	●	●						●						
	すまし汁			●					●			●																
	白身魚フライ			●					●																			
	豚肉と野菜の塩炒め			●					●					●								●						
	日替わり点心	●	●	●			●	●	●					●	●							●						
	スパゲティサラダ	●	●	●					●																			
	千切りキャベツ																											
	日替わりサラダ																											
	日替わり煮物			●					●																			
	フルーツ																●											
	調味料	●		●					●								●											
	ふりかけ	●	●	●					●		●				●							●						
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●														●											
夕食	ご飯・菜飯								●																			
	中華スープ	●							●					●	●	●						●						
	ソース焼きそば			●				●	●					●	●			●			●							
	鶏肉の唐揚げ	●		●					●						●													
	白身魚のソテー　トマトソース								●																			
	フライドポテト ガーリック風味			●					●																			
	大豆とさつま揚げの煮物			●					●																			
	千切りキャベツ																											
	日替わりサラダ																											
	デザート	●	●	●					●							●												
	調味料	●		●					●								●											
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●														●											