☆1・2・3月メニュー ☆ ～アレルギー表 No.1～

＊仕入れ状況によりメニューやアレルゲンの内容が変更になる場合がございます
詳しくは当日のバイキングレーン上のメニュー表示を、必ずご確認下さい

1月提供日	（5・11・17・23・29日）
2月提供日	（4・10・16・22・28日）
3月提供日	（5・11・17・23・29日）

分類	NO.1	7大アレルゲン							その他																			
		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		●	●					●																			
	野菜の味噌汁								●																			
	ミートボール	●	●	●					●					●	●	●						●						
	スクランブルエッグ	●	●	●					●						●													
	ひじき煮			●					●																			
	ごぼうサラダ	●	●	●					●													●						
	千切りキャベツ																											
	納豆			●					●																			
	さくら漬																											
昼食	ご飯																											
	きつねうどん			●					●																			
	豚肉と野菜の炒め			●					●					●								●						
	コロッケ		●	●					●						●													
	しめじのおかか和え			●					●																			
	カボチャの含め煮			●					●																			
	グレープフルーツ																											
	千切りキャベツ																											
	枝豆・コーン・ブロッコリー								●																			
	つぼ漬			●					●																			
夕食	五目まぜごはん			●					●						●													
	野菜の味噌汁								●																			
	塩焼きそば			●					●													●						
	照焼きハンバーグ		●	●					●				●	●	●													
	アジフライ			●					●																			
	海草サラダ																											
	フライドポテト（塩味）																											
	千切りキャベツ																											
	枝豆・コーン・ブロッコリー								●																			
	ぶどうゼリー																	●										
	青かっぱ漬			●					●													●						
共通	ふりかけ　わかめ		●	●					●													●						
	ふりかけ　たらこ		●	●					●		●											●						
	ふりかけ　たまご	●	●	●					●						●							●						
	フレンチドレッシング・赤	●							●																			
	フレンチドレッシング・白	●							●																			
	青じそドレッシング			●					●																			
	醤油			●					●																			
	ソース								●									●										
	七味唐辛子																					●						

☆1・2・3月メニュー ☆ ～アレルギー表 No.2～

＊仕入れ状況によりメニューやアレルゲンの内容が変更になる場合がございます
詳しくは当日のバイキングレーン上のメニュー表示を、必ずご確認下さい

1月提供日	（6・12・18・24・30日）
2月提供日	（5・11・17・23・29日）
3月提供日	（6・12・18・24・30日）

分類	NO.2	7大アレルゲン							その他																			
		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		●	●					●																			
	野菜の味噌汁								●																			
	ボイルウインナー		●										●	●														
	オムレツ	●	●	●					●																			
	きんぴらごぼう			●					●													●						
	ポテトサラダ	●	●	●					●																			
	千切りキャベツ																											
	納豆			●					●																			
	さくら漬																											
昼食	ご飯																											
	味噌ラーメン	●		●					●					●	●							●						
	麻婆豆腐			●					●													●						
	チキンカツ	●	●	●					●						●													
	もやしときくらげの香味和え			●					●																			
	カリフラワーのカレー煮			●					●				●															
	オレンジ																●											
	千切りキャベツ																											
	枝豆・コーン・ブロッコリー								●																			
	つぼ漬			●					●																			
夕食	菜めし								●																			
	野菜の味噌汁								●																			
	スパゲッティーミートソース		●	●					●				●	●	●													
	肉団子の甘酢	●	●	●					●					●	●													
	ベーコンフライ	●	●	●					●					●				●										
	ひよこ豆のサラダ								●																			
	フライドポテト（のり塩味）																											
	千切りキャベツ																											
	枝豆・コーン・ブロッコリー								●																			
	プリン		●													●												
	青かっぱ漬			●					●													●						
共通	ふりかけ　わかめ		●	●					●													●						
	ふりかけ　たらこ		●	●					●		●											●						
	ふりかけ　たまご	●	●	●					●						●							●						
	フレンチドレッシング・赤	●							●																			
	フレンチドレッシング・白	●							●																			
	青じそドレッシング			●					●																			
	醤油			●					●																			
	ソース								●									●										
	七味唐辛子																					●						

☆1・2・3月メニュー ☆ ～アレルギー表 No.3～

＊仕入れ状況によりメニューやアレルゲンの内容が変更になる場合がございます
詳しくは当日のバイキングレーン上のメニュー表示を、必ずご確認下さい

1月提供日	（1・7・13・19・25・31日）
2月提供日	（6・12・18・24日）
3月提供日	（1・7・13・19・25・31日）

分類	NO.3	7大アレルゲン							その他																			
		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		●	●					●																			
	野菜の味噌汁								●																			
	白身魚フライ			●					●																			
	ミックススクランブルエッグ	●	●	●					●						●													
	切干大根煮			●					●																			
	スパゲティサラダ	●	●	●					●																			
	千切りキャベツ																											
	納豆			●					●																			
	さくら漬																											
昼食	ご飯																											
	たぬきうどん（関東）			●					●																			
	イカ野菜炒め			●					●	●												●						
	ピーマン肉詰めフライ			●					●					●														
	小松菜のお浸し			●					●																			
	ポテトのそぼろあん			●					●						●													
	千切りキャベツ																											
	枝豆・コーン・ブロッコリー								●																			
	グレープフルーツ																											
	つぼ漬			●					●																			
夕食	ゆかりご飯																											
	野菜の味噌汁								●																			
	オイスター焼きそば			●					●						●													
	蒸し焼売			●					●					●	●							●						
	フライドチキン	●	●	●					●						●													
	マカロニサラダ	●	●	●					●																			
	フライドポテト（にんにく塩味）																											
	千切りキャベツ																											
	枝豆・コーン・ブロッコリー								●																			
	りんごゼリー																	●										
	青かっぱ漬			●					●													●						
共通	ふりかけ　わかめ		●	●					●													●						
	ふりかけ　たらこ		●	●					●		●											●						
	ふりかけ　たまご	●	●	●					●						●							●						
	フレンチドレッシング・赤	●							●																			
	フレンチドレッシング・白	●							●																			
	青じそドレッシング			●					●																			
	醤油			●					●																			
	ソース								●									●										
	七味唐辛子																					●						

☆1・2・3月メニュー ☆　～アレルギー表　No.4～

＊仕入れ状況によりメニューやアレルゲンの内容が変更になる場合がございます
詳しくは当日のバイキングレーン上のメニュー表示を、必ずご確認下さい

1月提供日	（2・8・14・20・26日）
2月提供日	（1・7・13・19・25日）
3月提供日	（2・8・14・20・26日）

分類	NO.4	7大アレルゲン							その他																			
		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		●	●					●																			
	野菜の味噌汁								●																			
	ミートボール	●	●	●					●					●	●	●						●						
	スクランブルエッグ	●	●	●					●						●													
	ひじき煮			●					●																			
	ごぼうサラダ	●	●	●					●													●						
	千切りキャベツ																											
	納豆			●					●																			
	さくら漬																											
昼食	ご飯																											
	きつねうどん			●					●																			
	豚肉と野菜の炒め			●					●					●								●						
	コロッケ		●	●					●						●													
	しめじのおかか和え			●					●																			
	カボチャの含め煮			●					●																			
	グレープフルーツ																											
	千切りキャベツ																											
	枝豆・コーン・ブロッコリー								●																			
	つぼ漬			●					●																			
夕食	五目まぜごはん			●					●						●													
	野菜の味噌汁								●																			
	塩焼きそば			●					●													●						
	照焼きハンバーグ		●	●					●				●	●	●													
	アジフライ			●					●																			
	海草サラダ																											
	フライドポテト（塩味）																											
	千切りキャベツ																											
	枝豆・コーン・ブロッコリー								●																			
	ぶどうゼリー																	●										
	青かっぱ漬			●					●													●						
共通	ふりかけ　わかめ		●	●					●													●						
	ふりかけ　たらこ		●	●					●		●											●						
	ふりかけ　たまご	●	●	●					●						●							●						
	フレンチドレッシング・赤	●							●																			
	フレンチドレッシング・白	●							●																			
	青じそドレッシング			●					●																			
	醤油			●					●																			
	ソース								●									●										
	七味唐辛子																					●						

☆1・2・3月メニュー ☆　～アレルギー表　No.5～

＊仕入れ状況によりメニューやアレルゲンの内容が変更になる場合がございます
詳しくは当日のバイキングレーン上のメニュー表示を、必ずご確認下さい

1月提供日	（3・9・15・21・27日）
2月提供日	（2・8・14・20・26日）
3月提供日	（3・9・15・21・27日）

分類	NO.5	7大アレルゲン							その他																			
		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		●	●					●																			
	野菜の味噌汁								●																			
	ボイルウインナー		●										●	●														
	オムレツ	●	●	●					●																			
	きんぴらごぼう			●					●													●						
	ポテトサラダ	●	●	●					●																			
	千切りキャベツ																											
	納豆			●					●																			
	さくら漬																											
昼食	ご飯																											
	味噌ラーメン	●		●					●					●	●							●						
	麻婆豆腐			●					●													●						
	チキンカツ	●	●	●					●						●													
	もやしときくらげの香味和え			●					●																			
	カリフラワーのカレー煮			●					●				●															
	オレンジ																●											
	千切りキャベツ																											
	枝豆・コーン・ブロッコリー								●																			
	つぼ漬			●					●																			
夕食	菜めし								●																			
	野菜の味噌汁								●																			
	スパゲッティーミートソース		●	●					●				●	●	●													
	肉団子の甘酢	●	●	●					●					●	●													
	ベーコンフライ	●	●	●					●					●				●										
	ひよこ豆のサラダ								●																			
	フライドポテト（のり塩味）																											
	千切りキャベツ																											
	枝豆・コーン・ブロッコリー								●																			
	プリン		●													●												
	青かっぱ漬			●					●													●						
共通	ふりかけ　わかめ		●	●					●													●						
	ふりかけ　たらこ		●	●					●		●											●						
	ふりかけ　たまご	●	●	●					●						●							●						
	フレンチドレッシング・赤	●							●																			
	フレンチドレッシング・白	●							●																			
	青じそドレッシング			●					●																			
	醤油			●					●																			
	ソース								●									●										
	七味唐辛子																					●						

☆1・2・3月メニュー ☆　～アレルギー表　No.6～

＊仕入れ状況によりメニューやアレルゲンの内容が変更になる場合がございます
詳しくは当日のバイキングレーン上のメニュー表示を、必ずご確認下さい

1月提供日	（4・10・16・22・28日）
2月提供日	（3・9・15・21・27日）
3月提供日	（4・10・16・22・28日）

分類	NO.6	7大アレルゲン							その他																			
		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		●	●					●																			
	野菜の味噌汁								●																			
	白身魚フライ			●					●																			
	ミックススクランブルエッグ	●	●	●					●						●													
	切干大根煮			●					●																			
	スパゲティサラダ	●	●	●					●																			
	千切りキャベツ																											
	納豆			●					●																			
	さくら漬																											
昼食	ご飯																											
	たぬきうどん（関東）			●					●																			
	イカ野菜炒め			●					●	●												●						
	ピーマン肉詰めフライ			●					●					●														
	小松菜のお浸し			●					●																			
	ポテトのそぼろあん			●					●						●													
	千切りキャベツ																											
	枝豆・コーン・ブロッコリー								●																			
	グレープフルーツ																											
	つぼ漬			●					●																			
夕食	ゆかりご飯																											
	野菜の味噌汁								●																			
	オイスター焼きそば			●					●						●													
	蒸し焼売			●					●					●	●							●						
	フライドチキン	●	●	●					●						●													
	マカロニサラダ	●	●	●					●																			
	フライドポテト（にんにく塩味）																											
	千切りキャベツ																											
	枝豆・コーン・ブロッコリー								●																			
	りんごゼリー																	●										
	青かっぱ漬			●					●													●						
共通	ふりかけ　わかめ		●	●					●													●						
	ふりかけ　たらこ		●	●					●		●											●						
	ふりかけ　たまご	●	●	●					●						●							●						
	フレンチドレッシング・赤	●							●																			
	フレンチドレッシング・白	●							●																			
	青じそドレッシング			●					●																			
	醤油			●					●																			
	ソース								●									●										
	七味唐辛子																					●						