

月	NO.1						NO.2						NO.3											
	4月 (4・10・16・22・28日)						4月 (5・11・17・23・29日)						4月 (6・12・18・24日・30日)											
	5月 (4・10・16・22・28日)						5月 (5・11・17・23・29日)						5月 (6・12・18・24日・30日)											
6月	6月 (3・9・15・21・27日)						6月 (4・10・16・22・28日)						6月 (5・11・17・23・29日)											
	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに			
朝食																								
	ごはん							ごはん									ごはん							
	ロールパン	●	▲	●				ロールパン	●	▲	●						ロールパン	●	▲	●				
	食パン	●	▲	●				食パン	●	▲	●						食パン	●	▲	●				
	玉ねぎと椎茸の味噌汁							もやしと人参の味噌汁								玉ねぎと椎茸の味噌汁								
	ウイナー			●				サバ塩焼き								ミートボール	●	●	●		▲	▲		
	プレーンオムレツ ベジタブルソース	●	●	●		▲	▲	小松菜入りスクランブルエッグ			●	●				ほうれん草オムレツ		●						
	ひじき煮	●						きんぴらごぼう	●	▲	▲		▲	▲	切干大根煮	●								
	マカロニサラダ	●	●	●				ポテトサラダ	●	●	●				スパゲッティサラダ	●	●	●						
	キャベツ							キャベツ							キャベツ									
	一品野菜(スナップエンドウ)							一品野菜(スナップエンドウ)							一品野菜(スナップエンドウ)									
	海藻サラダ					▲	▲	海藻サラダ						▲	▲	海藻サラダ							▲	▲
	つぼ漬け	●						つぼ漬け	●						つぼ漬け	●								
	かつおふりかけ	●	●					かつおふりかけ	●	●					かつおふりかけ	●	●							
	苺ジャム							苺ジャム							苺ジャム									
	納豆	●						納豆	●						納豆	●								
	牛乳		●					牛乳		●					牛乳		●							
	ほうじ茶							ほうじ茶							ほうじ茶									
	オレンジジュース							オレンジジュース							オレンジジュース									
	レモンジュース							レモンジュース							レモンジュース									
	ウーロン茶							ウーロン茶							ウーロン茶									
		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに		
昼食																								
	ごはん							ごはん							ごはん									
	ゆかりご飯							中華丼							青菜ご飯									
	★塩ラーメン	●	●					★うどん	●						★にゅう麺	●	●							
	豚肉と野菜の炒め							カリフラワーのカレー炒め	●	●					イカ野菜炒め									
	アジフライ	●	▲					コロッケ	●	●					野菜コロッケ	●	●							
	厚揚げの煮物	●						れんこんシュウマイ	●	▲	▲		▲	▲	ショールンポー	●								
	ごぼうサラダ	●	●	●				もやしのゆかり和え							れんこんきんぴら	●								
	キャベツ							キャベツ							キャベツ									
	一品野菜(コーン)							一品野菜(コーン)							一品野菜(コーン)									
	三色寒天ゼリー							オレンジ							三色寒天ゼリー									
								福神漬け	●															
	牛乳		●					牛乳		●					牛乳		●							
	ほうじ茶							ほうじ茶							ほうじ茶									
	ウーロン茶							ウーロン茶							ウーロン茶									
		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに		
夕食																								
	ごはん							ごはん							ごはん									
	曾爾高原カレー	●						五目御飯	●						季節野菜のシチューライス(クリーム)	●	●							
	大根と人参の味噌汁							いんげんとじゃがいもの味噌汁							大根と人参の味噌汁									
	大豆ミートスパゲッティ	●						ほうれん草入りオイスター焼きそば	●						スパゲッティナポリタン	●								
	フライドチキン	●	●	●				メンチカツ	●	●					白身魚フライ	●	▲				▲			
	かぼちゃの煮物	●						筍の煮物	●						キャベツとコーンの炒め									
	フライドポテト							フライドポテト							フライドポテト									
	春雨の中華和え	●						菜の花のおひたし	●						ブロッコリーのおかか和え	●								
	キャベツ							キャベツ							キャベツ									
	一品野菜(ヤングコーン)							一品野菜(ヤングコーン)							一品野菜(ヤングコーン)									
	蒟蒻寒天ぶどうゼリー							いちごゼリー							蒟蒻寒天ビーチゼリー									
	福神漬け	●													福神漬け	●								
	牛乳		●					牛乳		●					牛乳		●							
	ほうじ茶							ほうじ茶							ほうじ茶									
	コーラ							コーラ							コーラ									
	メロンソーダ							メロンソーダ							メロンソーダ									
	ウーロン茶							ウーロン茶							ウーロン茶									
		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに		
調味料(朝食・昼食・夕食 共通)																								
	イタリアンドレッシング							イタリアンドレッシング							イタリアンドレッシング									
	とんかつソース							とんかつソース							とんかつソース									
	ケチャップ							ケチャップ							ケチャップ									

※食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。
 ※マークの意味は、各料理に使用する食材の7大アレルギーについて「●：該当する」「▲：コンタミ可能性有り」です。※上記のマークに関わらず、厨房内では色々な食材を取り扱っております。
 ※7大アレルギー以外のアレルギー詳細につきましては、メニューごとの使用食材が記載されたアレルギー表を用意しておりますので、直接食堂にお問い合わせ下さい。
 ※当食堂のフライ物は全て同じフライヤーであけており調理コンタミネーションが生じます。

1月	NO.4						NO.5						NO.6											
	4月 (1・7・13・19・25日)						4月 (2・8・14・20・26日)						4月 (3・9・15・21・27日)											
	2月 5月 (1・7・13・19・25・31日)						5月 (2・8・14・20・26日)						5月 (3・9・15・21・27日)											
3月	6月 (6・12・18・24日・30日)						6月 (1・7・13・19・25日)						6月 (2・8・14・20・26日)											
	小麦	卵	乳	そば	花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	花生	えび	かに			
朝食																								
	ごはん							ごはん									ごはん							
	ロールパン	●	▲	●				ロールパン	●	▲	●						ロールパン	●	▲	●				
	食パン	●	▲	●				食パン	●	▲	●						食パン	●	▲	●				
	もやしと人参の味噌汁							玉ねぎと椎茸の味噌汁								もやしと人参の味噌汁								
	ウインナー			●				サバ塩焼き								ミートボール	●	●	●		▲	▲		
	プレーンオムレツ ベジタブルソース	●	●	●		▲	▲	小松菜入りスクランブルエッグ			●	●				ほうれん草オムレツ		●						
	ひじき煮	●						きんぴらごぼう	●	▲	▲		▲	▲	切干大根煮	●								
	マカロニサラダ	●	●	●				ポテトサラダ	●	●	●				スパゲッティサラダ	●	●	●						
	キャベツ							キャベツ							キャベツ									
	一品野菜(スナップエンドウ)							一品野菜(スナップエンドウ)							一品野菜(スナップエンドウ)									
	海藻サラダ					▲	▲	海藻サラダ						▲	▲	海藻サラダ							▲	▲
	つぼ漬け	●						つぼ漬け	●						つぼ漬け	●								
	かつおふりかけ	●	●					かつおふりかけ	●	●					かつおふりかけ	●	●							
	苺ジャム							苺ジャム							苺ジャム									
	納豆	●						納豆	●						納豆	●								
	牛乳		●					牛乳		●					牛乳		●							
	ほうじ茶							ほうじ茶							ほうじ茶									
	オレンジジュース							オレンジジュース							オレンジジュース									
	レモンジュース							レモンジュース							レモンジュース									
	ウーロン茶							ウーロン茶							ウーロン茶									
		小麦	卵	乳	そば	花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	花生	えび	かに		
昼食																								
	ごはん							ごはん							ごはん									
	ゆかりご飯							中華丼							青菜ご飯									
	★塩ラーメン	●	●					★うどん	●						★にゅう麺	●	●							
	豚肉と野菜の炒め							カリフラワーのカレー炒め	●	●					回鍋肉	●								
	アジフライ	●	▲					コロッケ	●	●					野菜コロッケ	●	●							
	じゃがいもの煮物	●						れんこんシュウマイ	●	▲	▲		▲	▲	水餃子ボン酢ソース	●						▲		
	ごぼうサラダ	●	●	●				もやしのゆかり和え							れんこんきんぴら	●								
	キャベツ							キャベツ							キャベツ									
	一品野菜(コーン)							一品野菜(コーン)							一品野菜(コーン)									
	オレンジ							三色寒天ゼリー							オレンジ									
								福神漬け	●															
	牛乳		●					牛乳		●					牛乳		●							
	ほうじ茶							ほうじ茶							ほうじ茶									
	ウーロン茶							ウーロン茶							ウーロン茶									
		小麦	卵	乳	そば	花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	花生	えび	かに		
夕食																								
	ごはん							ごはん							ごはん									
	曾爾高原カレー	●						五目御飯	●						季節野菜のシチューライス(クリーム)	●	●							
	いんげんとキャベツの味噌汁							豆腐と人参の味噌汁							いんげんとじゃがいもの味噌汁									
	大豆ミートスパゲッティ	●						ほうれん草入り塩焼きそば	●						スパゲッティナポリタン	●								
	フライドチキン	●	●	●				メンチカツ	●	●					白身魚フライ	●	▲					▲		
	かぼちゃの煮物	●						筍の煮物	●						キャベツとコーンの炒め									
	フライドポテト							フライドポテト							フライドポテト									
	春雨の中華和え	●						菜の花のおひたし	●						ブロッコリーのおかか和え	●								
	キャベツ							キャベツ							キャベツ									
	一品野菜(ヤングコーン)							一品野菜(ヤングコーン)							一品野菜(ヤングコーン)									
	蒟蒻寒天ぶどうゼリー							いちごゼリー							蒟蒻寒天ビーチゼリー									
	福神漬け	●													福神漬け	●								
	牛乳		●					牛乳		●					牛乳		●							
	ほうじ茶							ほうじ茶							ほうじ茶									
	コーラ							コーラ							コーラ									
	メロンソーダ							メロンソーダ							メロンソーダ									
	ウーロン茶							ウーロン茶							ウーロン茶									
		小麦	卵	乳	そば	花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	花生	えび	かに		
調味料(朝食・昼食・夕食 共通)																								
	イタリアンドレッシング							イタリアンドレッシング							イタリアンドレッシング									
	とんかつソース							とんかつソース							とんかつソース									
	ケチャップ							ケチャップ							ケチャップ									

※食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。
 ※マークの意味は、各料理に使用する食材の7大アレルギーについて「●：該当する」「▲：コンタミ可能性有り」です。※上記のマークに関わらず、厨房内では色々な食材を取り扱っております。
 ※7大アレルギー以外のアレルギー詳細につきましては、メニューごとの使用食材が記載されたアレルギー表を用意しておりますので、直接食堂にお問い合わせ下さい。
 ※当食堂のフライ物は全て同じフライヤーであげており調理コンタミネーションが生じます。