

NO.1								NO.2						NO.3										
4月	4月 (4・10・16・22・28日)							4月 (5・11・17・23・29日)						4月 (6・12・18・24・30日)										
5月	5月 (4・10・16・22・28日)							5月 (5・11・17・23・29日)						5月 (6・12・18・24・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			
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	●							
かつおぶりかけ	●●							かつおぶりかけ	●●							かつおぶりかけ	●●							
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								
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	●▲▲				▲▲		ショウロンポー	●								
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									
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の味噌汁								豚汁							大根と人参の味噌汁の味噌汁									
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									
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。

4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)								
	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)								
6月	6月 (6・12・18・24・30日)						6月 (1・7・13・19・25日)						6月 (2・8・14・20・26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	●	▲	●				
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	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	●	●				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	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)	●	●						
いんげんとキャベツの味噌汁							豚汁						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	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。