





# 1~3月 (サイクルメニュー)



	火曜日・金曜日	月曜日・水曜日・土曜日	木曜日・日曜日
朝	ごはん/みそ汁 バターロール/白パン コーンポタージュ 厚焼き玉子 チキンナゲット 鯖の照り焼き ウィンナーソーテー マカロニサラダ ホットサラダ ふりかけ/味付け海苔 納豆/漬物 ヨーグルト・牛乳/ジュース	ごはん/みそ汁 バターロール/クロワッサン かぼちゃポタージュ スクランブルエッグ バターコーン 鮭の塩焼き ハンバーグ 春雨サラダ  ホットサラダ ふりかけ/味付け海苔 納豆/漬物 ヨーグルト・牛乳/ジュース	ごはん/みそ汁 バターロール/白パン コンソメスープ オムレツ ボイルウィンナー ホッケの塩焼き 鶏の照り焼き ポテトサラダ ホットサラダ ふりかけ/味付け海苔 納豆/漬物 ヨーグルト・牛乳/ジュース
昼	ごはん 醤油ラーメン チキンカレー チキン南蛮タルタル添え イカフライ 春雨の中華和え 野菜サラダ 漬物 デザート/ジュース	ごはん たぬきうどん キーマカレー ロース豚カツ エビフライ ブロッコリーツナ和え 野菜サラダ 漬物 デザート/ジュース	ごはん 味噌ラーメン ポークカレー 鶏の唐揚げ ポテトのチーズ焼き スパゲティーサラダ 野菜サラダ 漬物 デザート/ジュース
夕	ごはん/ひじきごはん みそ汁 焼きそば 鶏のつくね焼き アジフライ フライドポテト シュウマイ ツナサラダ 漬物 デザート/ジュース	ごはん/きのこごはん けんちん汁 ミートソーススパ 鶏の唐揚げ  鮭フライ フライドポテト 南瓜のそぼろあんかけ シーザーサラダ 漬物 デザート/ジュース	ごはん/ピラフ 野菜スープ キャベツのペペロンチーノ チキントマト煮込み 白身フライ フライドポテト ミートボールクリーム煮 わかめサラダ 漬物 デザート/ジュース

\*仕入れの都合により献立が変更になることがあります。



1~3月(火曜日・金曜日)メニュー



朝		
メニュー	材料	アレルギー成分
ごはん	米	-
みそ汁	わかめ・油揚げ 味噌	大豆
パン	バターロール 白パン	小麦・乳・大豆・卵
コーン ポタージュ	コーンスープ 牛乳	乳・小麦・大豆
厚焼き玉子	厚焼き玉子	卵・小麦・乳・ 大豆・ゼラチン
チキンナゲット	チキンナゲット ケチャップ	鶏肉・小麦・卵・ 乳・大豆・りんご
鯖の照り焼き	さば	さば・大豆・小麦
ウインナー ソーテー	ウインナー	豚肉・鶏・大豆 卵・乳・小麦
マカロニサラダ	マカロニ・胡瓜 玉葱・ハム マヨネーズ	豚・卵・乳・ 大豆・小麦
ホットサラダ	ブロッコリー カリフラワー にんじん ドレッシング	大豆・卵
ふりかけ	のりたま	卵・乳・ごま・大豆
味付け海苔	味付け海苔	-
納豆	納豆	大豆
漬物	つぼ漬け	-
ヨーグルト	ヨーグルト	乳
牛乳	牛乳	乳
ジュース	ジュース	オレンジ・りんご

昼		
メニュー	材料	アレルギー成分
ごはん	米	-
醤油ラーメン	ラーメン 焼き豚・もやし メンマ・なると わかめ・ネギ 醤油ラーメンスープ	小麦・豚肉・小麦・ 大豆・卵
チキンカレー	鶏肉・じゃが芋 人参・玉葱 カレールー	鶏・牛・豚・小麦・ バナナ・りんご・ 乳・大豆・ゼラチン
チキン南蛮 タルタル添え	鶏肉 タルタルソース	鶏・小麦・ 大豆・卵
イカフライ	イカフライ	いか・小麦・ 卵・大豆
春雨の中華 和え	春雨・胡瓜 玉葱・ハム 中華ドレッシング	豚・卵・乳・ 大豆・小麦・ごま
野菜サラダ	サニーレタス きゃべつ・人参 胡瓜・水菜 ドレッシング	大豆・卵
漬物	しば漬け	-
デザート	オレンジゼリー	オレンジ・ゼラチン
ジュース	ジュース	オレンジ・りんご

夕		
メニュー	材料	アレルギー成分
ごはん	米	-
ひじきご飯	米・ひじき 油揚げ・人参	大豆・小麦
みそ汁	なめこ・ねぎ 味噌	大豆
焼きそば	焼きそば・人参 豚コマ・キャベツ 焼きそばソース	小麦・大豆・ごま 豚・鶏・えび・ もも・りんご
鶏のつくね焼き	鶏ひき肉・玉葱 とろろ芋・玉子	鶏・卵・小麦・ 大豆・山芋
アジフライ	アジフライ	小麦・卵・大豆
フライドポテト	フライドポテト	大豆
シュウマイ	肉シュウマイ	卵・大豆・乳 小麦・豚・鶏
ツナサラダ	シーチキン・大根 人参・水菜 ドレッシング	大豆・小麦
漬物	桜漬け	-
デザート	プリン 牛乳	乳・大豆
ジュース	ジュース	オレンジ・りんご





1~3月（月曜日・水曜日・土曜日）メニュー



朝		
メニュー	材料	アレルギー成分
ごはん	米	—
みそ汁	ねぎ・油揚げ 味噌	大豆
パン	バターロール クロワッサン	小麦・乳・大豆・卵
かぼちゃ ポタージュ	かぼちゃスープ 牛乳	乳・小麦・大豆
スクランブル エッグ	玉子・牛乳・ マーガリン・ ケチャップ	卵・乳
バターコーン	コーン・バター	乳
鮭の塩焼き	鮭	鮭
ハンバーグ	ハンバーグ ケチャップ	牛・豚・鶏・大豆 小麦・乳・卵
春雨サラダ	春雨・胡瓜 玉葱・ハム マヨネーズ	豚・卵・乳・ 大豆・小麦
ホットサラダ	ブロッコリー カリフラワー にんじん ドレッシング	大豆・卵
ふりかけ	のりたま	卵・乳・ごま・大豆
味付け海苔	味付け海苔	—
納豆	納豆	大豆
漬物	しば漬け	—
ヨーグルト	ヨーグルト	乳
牛乳	牛乳	乳
ジュース	ジュース	オレンジ・りんご

昼		
メニュー	材料	アレルギー成分
ごはん	米	—
たぬきうどん	うどん 揚げ玉 めんつゆ・ねぎ かまぼこ	小麦・乳・大豆 卵・ゼラチン・ やまいも
キーマカレー	合挽肉・玉葱・人参 ピーマン・トマト缶 カレールー	牛・豚・小麦・ バナナ・りんご・ 乳・大豆・ゼラチン
ロース豚カツ	豚カツ	豚・乳・小麦・大豆
エビフライ	エビフライ	エビ・小麦・ 卵・大豆
ブロッコリー ツナ和え	ブロッコリー・人参 ツナ・ドレッシング	大豆・小麦・りんご
野菜サラダ	サニーレタス きゃべつ・人参 胡瓜・水菜 ドレッシング	大豆・卵
漬物	桜漬け	—
デザート	いちごゼリー	ゼラチン
ジュース	ジュース	オレンジ・りんご

夕		
メニュー	材料	アレルギー成分
ごはん	米	—
きのこご飯	米・しめじ しいたけ・にんじん	小麦・大豆
けんちん汁	鶏肉・ごぼう・里芋 人参・こねぎ	鶏・小麦
ミート ソーススパ	スパゲティー ミートソース	小麦・乳・豚・牛・ 鶏・大豆・りんご・ ゼラチン
鶏の唐揚げ	鶏肉	鶏・小麦・大豆・卵
鮭フライ	鮭フライ	鮭・小麦・卵・大豆
フライドポテト	フライドポテト	大豆
南瓜の そぼろあん	南瓜・にんじん 鶏ひき肉 いんげん	鶏・小麦・大豆
シーザー サラダ	レタス・水菜・ 玉葱・人参・ シーザードレッシング	卵・乳・大豆・りんご
漬物	つぼ漬け	—
デザート	プリン 牛乳	乳・大豆
ジュース	ジュース	オレンジ・りんご





### 1~3月（木曜日・日曜日）メニュー



朝		
メニュー	材料	アレルギー成分
ごはん	米	—
みそ汁	ねぎ・なめこ 味噌	大豆
パン	バターロール 白パン	小麦・乳・大豆・卵
コンソメスープ	ベーコン 玉葱・人参	卵・乳・豚・牛・大豆
オムレツ	オムレツ	卵・小麦・大豆・鶏・豚
ポイル ウインナー	ウインナー マスタード	豚・鶏・卵・乳・小麦
ホック塩焼き	ホック	
鶏の照り焼き	鶏肉	鶏・小麦・大豆 乳・卵
ポテトサラダ	じゃが芋・胡瓜 玉葱・ハム マヨネーズ	豚・卵・乳・大豆
ホットサラダ	ブロッコリー カリフラワー にんじん ドレッシング	卵・大豆
ふりかけ	のりたま	卵・乳・ごま・大豆
味付け海苔	味付け海苔	—
納豆	納豆	大豆
漬物	つぼ漬け	—
ヨーグルト	ヨーグルト	乳
牛乳	牛乳	乳
ジュース	ジュース	オレンジ・りんご

昼		
メニュー	材料	アレルギー成分
ごはん	米	—
味噌ラーメン	ラーメン 豚コマ・もやし きゃべつ 木耳・ネギ 味噌ラーメンスープ	小麦・豚肉・小麦・大豆・卵
ボークカレー	豚肉 人参・玉葱 カレールー	鶏・牛・豚・小麦・バナナ・りんご・乳・大豆・ゼラチン
鶏の唐揚げ	鶏肉	鶏・小麦・大豆・卵
ポテト チーズ焼き	じゃが芋・玉葱 ベーコン チーズ・パセリ	小麦・乳・大豆・卵・鶏・豚
スパゲティ サラダ	マカロニ・胡瓜 玉葱・ハム マヨネーズ	豚・卵・乳・大豆・小麦
野菜サラダ	サニーレタス きゃべつ・人参 胡瓜・水菜 ドレッシング	卵・大豆
漬物	しば漬け	—
デザート	青りんごゼリー	りんご・ゼラチン
ジュース	ジュース	オレンジ・りんご

夕		
メニュー	材料	アレルギー成分
ごはん	米	—
ピラフ	米・えび・人参・ピーマン・たまねぎ・バター・コンソメ	えび・大豆・小麦・乳・牛・豚
野菜スープ	きゃべつ・たまねぎ 人参・じゃが芋	乳・牛・豚・大豆
きゃべつの ペペロンチーノ	スパゲティ ベーコン・玉葱 きゃべつ・鶏卵	小麦・卵・乳・豚・大豆
チキンの トマト煮込み	鶏・たまねぎ きのこ・トマト缶 コンソメ・パセリ	鶏・豚・牛・乳 小麦・大豆
白身フライ	白身フライ	小麦・卵・大豆
フライドポテト	フライドポテト	大豆
ミートボール クリーム煮	ミートボール シチューMIX 牛乳・玉葱・人参	鶏・豚・牛・小麦・卵・乳・ごま・大豆
わかめサラダ	わかめ・玉葱 胡瓜・ドレッシング	大豆・小麦
漬物	桜漬け	—
デザート	プリン 牛乳	乳・大豆
ジュース	ジュース	オレンジ・りんご

