



10～12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	小麦・乳・大豆
コーンスープ	コーンスープ 牛乳	乳・小麦・大豆
厚焼き玉子	厚焼き玉子	玉子・乳・小麦・ ゼラチン
ハムステーキ	ハム	玉子・乳・大豆・豚
鮭の塩焼き	鮭の塩焼き	鮭
金平ごぼう	ごぼう・人参・ 白滝・ごま油	小麦・ごま
ホットサラダ	ブロッコリー カリフラワー にんじん マヨネーズ	大豆・小麦・玉子
味付け海苔	味付け海苔	小麦・大豆
納豆	納豆	大豆
漬物	青かっぱ漬け	小麦・大豆・ごま
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
カレーライス	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
醤油ラーメン	中華麺 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・玉子
メンチカツ	ミニメンチ	牛・豚・小麦・玉子・ 乳・大豆
春巻き	春巻き	鶏・豚・小麦・ごま・大 豆
ブロッコリー ドレッシング 和え	ブロッコリー 人参 香味和風ドレッシング	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 フレンチドレッシング	大豆・玉子
漬物	桜漬け	小麦・大豆
デザート	ピーチゼリー	もも
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
きのこご飯	こめ・しめじ 椎茸・人参	小麦・大豆
玉子スープ	玉子	玉子・小麦・大豆
焼きそば	焼きそば・人参 豚コマ・キャバツ ソース・紅生姜	小麦・大豆・さけ 豚
鶏の唐揚げ	鶏肉	鶏・小麦・大豆・玉子
チンジャオロース	豚肉・たけのこ ピーマン 青椒肉絲の素	豚・鶏・小麦・大豆 りんご・ごま
フライドポテト	フライドポテト	大豆
レンコン炒め	れんこん・人参・ ごま油	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 中華ドレッシング	乳・小麦・ごま 大豆・鶏
漬物	赤かっぱ漬け	小麦・大豆・ごま
デザート	和梨ゼリー	—
ジュース	ジュース	オレンジ・りんご





10~12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	小麦・乳・大豆
かぼちゃスープ	かぼちゃスープ 牛乳	乳・小麦・大豆
オムレツ	オムレツ	玉子・小麦・大豆 鶏・豚
ウインナー	ウインナー ケチャップ	豚・鶏・玉子・乳・ 小麦
ホッケ塩焼き	ホッケ	—
がんもの煮付け	一口がんも・大根 人参・いんげん	大豆・小麦 ごま
ホットサラダ	ブロッコリー カリフラワー にんじん マヨネーズ	大豆・小麦・玉子
味付け海苔	味付け海苔	小麦・大豆
納豆	納豆	大豆
漬物	青かっぱ漬け	小麦・大豆・ごま
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
カレーライス	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
山菜きつね うどん	うどん 味付いなり・山菜 めんつゆ・ねぎ かまぼこ	小麦・乳 大豆・玉子・ゼラチン
南瓜コロッケ	南瓜コロッケ	乳・小麦・大豆
唐揚げ ネギソース	鶏・ねぎ・ごま	鶏・大豆・小麦・ごま
ほうれん草と コーンのお浸し	ほうれん草・コーン かつお節	小麦・大豆
野菜サラダ	サニーレタス きゃべつ・人参 胡瓜・水菜 フレンチドレッシング	大豆・玉子
漬物	桜漬け	小麦・大豆
デザート	りんごゼリー	りんご
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
鶏ごぼうご飯	米・油揚げ・鶏 ごぼう・にんじん	大豆・小麦・鶏・さば
わかめスープ	わかめ こねぎ	豚・小麦・大豆
クリームスパ	スバゲティー ベーコン・小松菜 シチューミックス	小麦・乳・大豆・豚・鶏
鶏の香草パン粉 焼き	鶏肉・香草パン粉	鶏・小麦・玉子・大豆・ 乳
シューマイ	肉シューマイ	豚・小麦・玉子・大豆
フライドポテト	フライドポテト	大豆
里芋のそぼろ煮	里芋・にんじん 鶏ひき肉 いんげん	鶏・小麦・大豆
野菜サラダ	サニーレタス きゃべつ・人参 胡瓜・水菜 青じそドレッシング	大豆・小麦
漬物	赤かっぱ漬け	小麦・大豆・ごま
デザート	ぶどうゼリー	—
ジュース	ジュース	オレンジ・りんご





10~12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	小麦・乳・大豆
オニオンスープ	玉葱・ベーコン 人参	豚・乳・小麦・大豆・玉 子・鶏・牛
ハム スクランブル エッグ	ハム・玉子・牛乳・ ほうれん草 マーガリン ケチャップ	豚・玉子・乳・大豆・り んご
肉団子の 照り焼き	肉団子	鶏・玉子・大豆・乳 小麦・ごま
鯖の塩焼き	鯖の塩焼き	鯖
三色いなり煮	三色いなり 大根・にんじん いんげん	小麦・玉子・大豆
ホットサラダ	ブロッコリー カリフラワー にんじん マヨネーズ	大豆・小麦・玉子
味付け海苔	味付け海苔	小麦・大豆
納豆	納豆	大豆
漬物	青かっぱ漬	小麦・大豆・ごま
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
カレーライス	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
味噌ラーメン	中華麺 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・玉子
餃子のおんかけ	餃子・玉葱 ピーマン	鶏・豚・小麦・玉子・ 乳・ごま・大豆
ジャーマン ポテト	じゃが芋・玉葱 ベーコン・パセリ	乳・大豆 玉子・鶏・豚
揚げ出し茄子	なす・しょうが ねぎ	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 フレンチドレッシング	大豆・玉子
漬物	桜漬	小麦・大豆
デザート	ぶどうゼリー	—
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
ピラフ	米・えび・玉葱 人参 バター・コンソメ	鶏・大豆・乳 小麦・牛
コンソメスープ	ベーコン 玉葱・人参	小麦・乳・大豆・鶏・ 牛・豚
和風ツナ スパゲティ	スパゲティ ツナ・玉葱 しめじ	小麦・玉子・乳・大豆・ 豚・鶏
回鍋肉	豚肉・にんじん キャベツ・たまねぎ 回鍋肉素	豚・鶏・小麦・大豆 りんご・ごま
アジフライ	アジフライ	小麦・玉子・大豆
フライドポテト	フライドポテト	大豆
きのこ ベーコンの ソテー	きのこMIX・玉葱 コーン・ベーコン	玉子・乳・豚・大豆
野菜サラダ	サニーレタス きゃべつ・人参 胡瓜・水菜 胡麻ドレッシング	玉子・小麦・大豆 ごま・りんご
漬物	赤かっぱ漬	小麦・大豆・ごま
デザート	りんごゼリー	りんご
ジュース	ジュース	オレンジ・りんご

