

# R2年 3月メニュー 7大アレルギー表

	日付	3月1・7・13・19・25・31日	7大アレルギー							3月2・8・14・20・26日	7大アレルギー							3月3・9・15・21・27日	7大アレルギー						
			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	主食	ご飯 パン	●		●					ご飯 パン	●		●					ご飯 パン	●		●				
	汁物	青菜粥 味噌汁 スープ			●					青菜粥 味噌汁 スープ			●					青菜粥 味噌汁 スープ			●				
	主菜	ハム野菜炒め オムレツ	●	●	●					ウインナーとオニオンのソテー ミックススクランブルエッグ	●	●	●					ベーコンの野菜炒め だし巻き玉子	●	●	●				
	副菜	納豆 青菜の煮浸し 豆のサラダ	●		●					納豆 卵の花	●		●					納豆 かぼちゃの旨煮	●		●				
	サラダ	コールスロー スナップえんどう ヤングコーン	●	●	●					ポテトサラダ コールスロー ブロッコリー カリフラワー	●	●	●					コールスロー スナップえんどう ヤングコーン	●	●	●				
	漬物	漬物	●							漬物	●							漬物	●						
	その他	ふりかけ 味付け海苔 ジャム・マーガリン	●	●	●			●		ふりかけ 味付け海苔 ジャム・マーガリン	●	●	●			●		ふりかけ 味付け海苔 ジャム・マーガリン	●	●	●			●	
	飲み物	フリードリンク			●					フリードリンク			●					フリードリンク			●				
	昼食	主食	ご飯 枝豆ご飯	●		●					ご飯 ひじきご飯	●	●	●					ご飯 五目ご飯	●	●	●			
麺類		味噌ラーメン ナポリタンスパゲティ	●	●	●					山菜そうめん ジャージャー麺	●	●	●					塩ラーメン 明太子スパゲティ	●	●	●				
汁物		スープ	●		●					スープ	●		●					スープ	●		●				
主菜		メンチカツ すきやき風煮	●	●	●					焼売 揚げオムレツの野菜あん	●	●	●					春巻き ジンギスカン	●	●	●			●	
副菜		アジアンほくほくポテト 野菜ときのこ蒸しポン酢和え	●		●					鶏肉と野菜の旨煮 リヨネーズポテト	●		●					ロールキャベツ 青菜のなめたけ和え	●	●	●				●
サラダ		コールスロー ズッキーニ パプリカ	●		●					コールスロー 千切り大根 水菜	●		●					コールスロー ズッキーニ パプリカ	●		●				
漬物		漬物	●							漬物	●							漬物	●						
デザート		くだもの								くだもの								くだもの							
飲み物		フリードリンク								フリードリンク								フリードリンク							
夕食	主食	ご飯 マヨ風味焼きそば ポークカレー	●	●	●					ご飯 もやしと春雨の中華炒め	●		●					ご飯 ソース焼きそば	●	●	●				
	汁物	味噌汁 かぼちゃコロッケ	●	●	●					味噌汁 中華風肉団子	●	●	●					野菜カレー 味噌汁	●	●	●				
	主菜	ポークチャップ 大根そぼろ煮 海苔ポテト	●	●	●					白身魚フライ 切り干し大根 フライドポテト	●	●	●					鮭のマヨ焼き チキンカツ	●	●	●				
	副菜	コールスロー オニオンミックスベジタブル	●		●					切り干し大根 コールスロー 海藻サラダ	●	●	●					大根トマト煮 海苔ポテト	●	●	●				
	サラダ	オクラ オニオンミックスベジタブル	●		●					オクラ ミックスビーンズ	●		●					オクラ オニオンミックスベジタブル	●		●				
	漬物	漬物	●							漬物	●							漬物	●						
	デザート	ゼリー くだもの			●					ゼリー くだもの			●					ゼリー くだもの			●				
	飲み物	フリードリンク								フリードリンク								フリードリンク							
		日付	3月4・10・16・22・28日	7大アレルギー							3月5・11・17・23・29日	7大アレルギー							3月6・12・18・24・30日	7大アレルギー					
			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	主食	ご飯 パン	●		●					ご飯 パン	●		●					ご飯 パン	●		●				
	汁物	青菜粥 味噌汁 スープ			●					青菜粥 味噌汁 スープ			●					青菜粥 味噌汁 スープ			●				
	主菜	照焼き肉団子 厚焼き玉子 納豆	●	●	●					肉野菜炒め いり卵 納豆	●	●	●					鱈の照焼き 厚焼き玉子 納豆	●	●	●				
	副菜	ひじきの煮物 ほうれん草のツナマヨ和え	●		●					金平ごぼう マカロニサラダ	●	●	●					切干大根煮 もやしのナムル	●	●	●				
	サラダ	コールスロー ブロッコリー カリフラワー	●		●					コールスロー スナップえんどう ヤングコーン	●	●	●					コールスロー ブロッコリー カリフラワー	●	●	●				
	漬物	漬物	●							漬物	●							漬物	●						
	その他	ふりかけ 味付け海苔 ジャム・マーガリン	●	●	●			●		ふりかけ 味付け海苔 ジャム・マーガリン	●	●	●			●		ふりかけ 味付け海苔 マーガリン・ジャム	●	●	●			●	
	飲み物	フリードリンク			●					フリードリンク			●					フリードリンク			●				
	昼食	主食	ご飯 竹の子ご飯	●		●					ご飯 焼飯	●	●	●					ご飯 鮭わかめご飯	●	●	●			
麺類		たぬきうどん 塩焼きそば	●	●	●					醤油ラーメン 豚肉と野菜のビーフン	●	●	●					きつねうどん キムチ焼きそば	●	●	●			●	
汁物		スープ	●		●					スープ	●		●					スープ	●		●				
主菜		あじ磯辺フライ 豚肉の生姜焼き	●	●	●					肉入りコロッケ 五目野菜の和風肉団子	●	●	●					厚切りハムカツ ハンバーグトマトソース	●	●	●				
副菜		じゃが芋のんにくおかか和え ナムルぜんまい	●		●					彩り野菜とベーコンのトマト煮 大根の梅マヨ和え	●	●	●					里芋のカレー煮 春雨の中華和え	●	●	●				
サラダ		コールスロー 千切り大根 水菜	●		●					コールスロー ズッキーニ パプリカ	●		●					コールスロー 千切り大根 水菜	●		●				
漬物		漬物	●							漬物	●							漬物	●						
デザート		くだもの								くだもの								くだもの							
飲み物		フリードリンク								フリードリンク								フリードリンク							
夕食	主食	ご飯 焼きうどん クリームシチュー	●		●					ご飯 オイスター風焼きそば	●		●					ご飯 ペペロンチーノスパゲティ	●		●				
	汁物	味噌汁 スープ	●		●					豚汁 スープ	●		●					ビーフシチュー 味噌汁	●		●				
	主菜	照り焼きハンバーグ カレーコロッケ	●	●	●					餃子 豚肉と野菜のキムチ炒め	●	●	●			●		イカボールチリソース 回鍋肉	●	●	●				
	副菜	もやしの中華浸し フライドポテト	●		●					茄子の土佐煮 海苔ポテト	●		●					ロールキャベツのクリーム煮 フライドポテト	●	●	●				
	サラダ	コールスロー 海藻サラダ ミックスビーンズ	●		●					コールスロー オニオンミックスベジタブル オクラ	●		●					コールスロー 海藻サラダ ミックスビーンズ	●		●				
	漬物	漬物	●							漬物	●							漬物	●						
	デザート	ゼリー くだもの			●					ゼリー くだもの			●					ゼリー くだもの			●				
	飲み物	フリードリンク								フリードリンク								フリードリンク							

仕入れの都合により、一部変更になる場合がございます。ご了承ください。