令和４年度　通常食・キッズ・炊事食・携帯食メニュー　７大アレルゲン早見表

通常食　朝食

月曜日～金曜日	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ
ごはん　ふりかけ（おかか）	●						
ソーセージ（乳あり）			●				
スクランブルエッグ		●	●				
ほうれん草ツナ和え	●						
ちくわ磯部揚げ	●						
高野豆腐とネギの味噌汁							
７種の野菜マリネ							
フルーツカクテル							

土曜日	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ
ごはん　ふりかけ（おかか）	●						
豆腐ハンバーグ	●	●					
卵焼き	●	●	●				
ひじき煮	●						
イカカツ	●						
人参とほうれん草の味噌汁							
７種の野菜マリネ							
フルーツカクテル							

日曜日	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ
ごはん　ふりかけ（おかか）	●						
ミートボール	●	●					
オムレツ		●					
切り干し大根	●						
白身フライ	●						
わかめの味噌汁							
７種の野菜マリネ							
フルーツカクテル							

通常食　昼食

月曜日～金曜日	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ
わかめご飯							
醤油ラーメン	●	●					
豚塩生姜焼き							
カレーコロッケ	●	●	●				
白身フライ	●						
切干大根	●						
７種の野菜マリネ							
イチゴゼリー							

土曜日	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ
わかめご飯							
冷やしたぬきうどん	●						
チキンチャップ							
春巻き	●					●	
鮭フライ	●	●					
きんぴら	●						
７種の野菜マリネ							
イチゴゼリー							

日曜日	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ
わかめご飯							
味噌ラーメン	●	●					
豚のケチャップ煮							
ナチュラルカットポテト	●						
野菜コロッケ	●		●				
ひじき煮	●						
７種の野菜マリネ							
イチゴゼリー							

通常食　夕食

月曜日～金曜日	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ
ごはん							
チキンガーリック焼き							
麻婆豆腐	●						
揚げ餃子	●						
ほうれん草ともやしのナムル							
シューストリングポテト	●						
わかめとネギの味噌汁							
７種の野菜マリネ							
マスカットゼリー							

土曜日	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ
ごはん							
ハンバーグ	●	●	●				
八宝菜	●						
揚げシュウマイ	●	●					
いんげんともやしのナムル							
ナチュラルカットポテト	●						
ほうれん草と高野豆腐の味噌汁							
７種の野菜マリネ							
マスカットゼリー							

日曜日	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ
ごはん							
鶏塩から揚げ							
肉そぼろ豆腐	●						
春巻き	●					●	
もやしと人参のナムル							
じゃが芋バター風味			●				
人参とネギの味噌汁							
７種の野菜マリネ							
マスカットゼリー							

キッズ

朝食	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ
ごはん							
チキンチャップ							
スクランブルエッグ		●	●				
ソーセージ（乳あり）			●				
ほうれん草の味噌汁							
７種の野菜マリネ							
フルーツカクテル							
オレンジジュース							

昼食	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ
わかめご飯							
ハンバーグ	●	●	●				
卵焼き	●	●	●				
焼きそば	●						
高野豆腐の味噌汁							
７種の野菜マリネ							
イチゴゼリー							
アップルジュース							

夕食	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ
野菜カレー							
鶏塩から揚げ							
オムレツ		●					
シューストリングポテト	●						
わかめの味噌汁							
７種の野菜マリネ							
マスカットゼリー							
オレンジジュース							

その他

炊事食	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ
防災炊事							
カレーライス							
焼きそば	●						
焚火でおやつセット							

携帯食	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ
おにぎり							
携帯弁当	●	●	●				