

# 2024年 7月 こんだてひょう & アレルゲン表 NO.1

コンパスグループ・ジャパン㈱ 乗鞍店

※諸事情による変更は、ご了承ください。

| 日付                                   | 【 №.1 】 アレルギー表示      |   |   |    |     |    |    |                      |                      | 【 №.2 】 アレルギー表示                      |          |   |    |     |    |    |    |   | 【 №.3 】 アレルギー表示      |                                      |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|--------------------------------------|----------------------|---|---|----|-----|----|----|----------------------|----------------------|--------------------------------------|----------|---|----|-----|----|----|----|---|----------------------|--------------------------------------|----------|----|-----|----|----|----|---|---|---|--|--|--|--|---|--|--|
|                                      | 7月(3・9・15・21・27日)    |   |   |    |     |    |    |                      |                      | 7月(4・10・16・22・28日)                   |          |   |    |     |    |    |    |   | 7月(5・11・17・23・29日)   |                                      |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | 小麦                   | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | エビ | カニ | ごま                   |                      | 小麦                                   | 卵        | 乳 | そば | 落花生 | エビ | カニ | ごま |   | 小麦                   | 卵                                    | 乳        | そば | 落花生 | エビ | カニ | ごま |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
| 朝<br>食                               | ごはん                  |   |   |    |     |    |    |                      | ごはん                  |                                      |          |   |    |     |    |    |    | ● | ごはん                  |                                      |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | ぞうすい(若菜)             |   |   |    |     |    |    |                      | ぞうすい(中華)             |                                      |          |   |    |     |    |    |    |   | ●                    | ぞうすい(おかか)                            |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | 食パン                  | ● | ▲ | ●  |     |    |    | ▲                    | 食パン                  | ●                                    | ▲        | ● |    |     |    |    |    | ▲ | ▲                    | 食パン                                  | ●        | ▲  | ●   |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  | ▲ |  |  |
|                                      | コッペパン                | ● | ● | ●  |     |    |    | ▲                    | コッペパン                | ●                                    | ●        | ● |    |     |    |    |    | ▲ | ▲                    | コッペパン                                | ●        | ●  | ●   |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  | ▲ |  |  |
|                                      | いちごジャム               |   |   |    |     |    |    |                      | いちごジャム               |                                      |          |   |    |     |    |    |    |   |                      | いちごジャム                               |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | コーンフレーク              | ▲ |   | ▲  |     |    |    |                      | コーンフレーク              | ▲                                    |          | ▲ |    |     |    |    |    |   | ▲                    | コーンフレーク                              | ▲        |    | ▲   |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | 玉葱と人参の味噌汁            |   |   |    |     |    |    |                      | キャベツとわかめの味噌汁         |                                      |          |   |    |     |    | ▲  | ▲  |   |                      | いんげんとじゃが芋の味噌汁                        |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | ミートボール               | ● | ● | ●  |     |    | ▲  | ▲                    | チキンナゲット              | ●                                    | ●        | ● |    |     |    |    |    |   | ●                    | 白身フライ                                | ●        | ▲  |     |    |    |    | ▲ |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | スクランブルエッグ            | ● | ● | ●  |     |    |    |                      | オムレツ                 | ●                                    | ●        | ● |    |     |    | ▲  | ▲  | ▲ | ●                    | ミックススクランブルエッグ                        | ●        | ●  | ●   |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | ひじき煮                 | ● |   |    |     |    |    |                      | きんぴらごぼう              | ●                                    | ▲        | ▲ |    |     |    | ▲  | ▲  | ● | ●                    | 切干大根煮                                | ●        |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
| 三種豆とマカロニのサラダ                         | ●                    |   |   |    |     |    |    | ポテトサラダ               | ●                    | ●                                    | ●        |   |    |     |    |    |    | ● | スパゲティサラダ             | ●                                    | ●        | ●  |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
| キャベツと人参の千切り【せんぎり】サラダ                 | ●                    |   |   |    |     |    |    | キャベツと人参の千切り【せんぎり】サラダ | ●                    |                                      |          |   |    |     |    |    |    | ● | キャベツと人参の千切り【せんぎり】サラダ | ●                                    |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
| 納豆(なっとう)                             | ●                    |   |   |    |     |    |    | 納豆(なっとう)             | ●                    |                                      |          |   |    |     |    |    |    | ● | 納豆(なっとう)             | ●                                    |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
| ふりかけ(さけ、かつお)                         | ※共通品目 参照             |   |   |    |     |    |    |                      |                      | ふりかけ(さけ、かつお)                         | ※共通品目 参照 |   |    |     |    |    |    |   |                      | ふりかけ(さけ、かつお)                         | ※共通品目 参照 |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
| お漬物(小梅、たくあん)                         | ※共通品目 参照             |   |   |    |     |    |    |                      |                      | お漬物(小梅、たくあん)                         | ※共通品目 参照 |   |    |     |    |    |    |   |                      | お漬物(小梅、たくあん)                         | ※共通品目 参照 |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
| ドレッシング(青じそ・フレンチ白・赤)                  | ※共通品目 参照             |   |   |    |     |    |    |                      |                      | ドレッシング(青じそ・フレンチ白・赤)                  | ※共通品目 参照 |   |    |     |    |    |    |   |                      | ドレッシング(青じそ・フレンチ白・赤)                  | ※共通品目 参照 |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
| 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶・牛乳・コーヒー・緑茶 | ※共通品目 参照             |   |   |    |     |    |    |                      |                      | 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶・牛乳・コーヒー・緑茶 | ※共通品目 参照 |   |    |     |    |    |    |   |                      | 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶・牛乳・コーヒー・緑茶 | ※共通品目 参照 |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
| 昼<br>食                               | ごはん                  |   |   |    |     |    |    |                      | ごはん                  |                                      |          |   |    |     |    |    |    |   | ごはん                  |                                      |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | ポークカレー               | ● |   | ●  |     |    |    |                      | ビーフカレー               | ●                                    | ▲        | ● |    |     |    |    |    |   | ●                    | チキンカレー                               | ●        |    | ●   |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | じゃが芋とわかめの味噌汁         |   |   |    |     |    | ▲  | ▲                    | ほうれん草と玉葱の味噌汁         |                                      |          |   |    |     |    |    |    |   |                      | 大根と人参の味噌汁                            |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | 豚肉と野菜の炒め             | ● |   |    |     |    |    | ●                    | かつおフレーク              | ●                                    |          |   |    |     |    |    |    |   | ●                    | 豚肉と青葉の塩炒め                            | ●        |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | コロッケ                 | ● | ● |    |     |    |    |                      | チキンカツ                | ●                                    | ●        | ● |    |     |    |    |    |   | ●                    | ピーマン肉詰めフライ                           | ●        | ▲  | ▲   |    |    |    | ▲ | ▲ |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | 鶏むね肉の葱塩だれ            | ● | ▲ |    |     | ▲  |    | ●                    | チキンのサラダ仕立て           | ●                                    |          | ● |    |     |    |    |    |   | ●                    | 鶏むね肉の葱塩だれ                            | ●        | ▲  |     |    |    | ▲  | ▲ |   | ● |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | おくらのおかか和え            | ● |   |    |     |    |    |                      | 春雨の中華和え              |                                      |          |   |    |     |    |    |    | ● |                      | 枝豆とコーンのサラダ                           |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | 茄子の生姜醤油              | ● |   |    |     |    |    |                      | ワカメツナ炒め              |                                      |          |   |    |     |    | ▲  | ▲  |   | ▲                    | リヨネーズポテト                             |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | MIXビーンズ              | ● |   |    |     |    |    |                      | キャベツと山菜のおかか和え        | ●                                    |          |   |    |     |    |    |    | ▲ | ▲                    | ブロッコリーサラダ                            |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | キャベツと人参の千切り【せんぎり】サラダ |   |   |    |     |    |    |                      | キャベツと人参の千切り【せんぎり】サラダ |                                      |          |   |    |     |    |    |    |   |                      | キャベツと人参の千切り【せんぎり】サラダ                 |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
| お漬物(ふくじん漬、さくら漬)                      | ※共通品目 参照             |   |   |    |     |    |    |                      |                      | お漬物(ふくじん漬、さくら漬)                      | ※共通品目 参照 |   |    |     |    |    |    |   |                      | お漬物(ふくじん漬、さくら漬)                      | ※共通品目 参照 |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
| ドレッシング(青じそ・フレンチ白・赤)                  | ※共通品目 参照             |   |   |    |     |    |    |                      |                      | ドレッシング(青じそ・フレンチ白・赤)                  | ※共通品目 参照 |   |    |     |    |    |    |   |                      | ドレッシング(青じそ・フレンチ白・赤)                  | ※共通品目 参照 |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
| 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶            | ※共通品目 参照             |   |   |    |     |    |    |                      |                      | 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶            | ※共通品目 参照 |   |    |     |    |    |    |   |                      | 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶            | ※共通品目 参照 |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
| 夕<br>食                               | ごはん                  |   |   |    |     |    |    |                      | ごはん                  |                                      |          |   |    |     |    |    |    |   | ごはん                  |                                      |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | 五目まぜごはん              | ● |   |    |     |    |    |                      | 菜めし                  |                                      |          |   |    |     |    |    |    |   |                      | ゆかりご飯                                |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | 青じそ風味スパゲッティ          | ● |   |    |     |    |    |                      | 塩焼きそば                | ●                                    | ●        |   |    |     |    | ▲  | ▲  | ● |                      | ミートスパゲッティ                            | ●        |    | ●   |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | 大根とインゲンの味噌汁          |   |   |    |     |    |    |                      | 小松菜と人参の味噌汁           |                                      |          |   |    |     |    |    |    |   |                      | 玉ねぎとわかめの味噌汁                          |          |    |     |    |    |    | ▲ | ▲ |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | 照焼きハンバーグ             | ● |   | ●  |     |    |    |                      | サバの照り焼き              | ●                                    |          |   |    |     |    |    |    |   |                      | 水餃子                                  | ●        | ●  | ●   |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  | ● |  |  |
|                                      | 豚肉と野菜のしゃぶしゃぶ梅風味      | ● |   |    |     |    |    |                      | 豆腐と蒸し鶏のさっぱりサラダ       | ●                                    | ▲        |   |    |     | ▲  |    |    |   | 豚肉と野菜のしゃぶしゃぶ梅風味      | ●                                    |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | アジフライ                | ● | ▲ |    |     |    |    |                      | ベーコンフライ              | ●                                    | ●        | ● |    |     |    |    |    |   |                      | フライドチキン                              | ●        | ●  | ▲   |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | フライドポテト(塩味)          |   |   |    |     |    |    |                      | フライドポテト(のり塩味)        |                                      |          |   |    |     |    | ▲  | ▲  |   |                      | フライドポテト(ニンニク味)                       |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | キャベツとコーン炒め           |   |   |    |     |    |    |                      | 野菜カレーソテー             |                                      |          |   |    |     |    |    |    |   |                      | ブロッコリーのトマト煮                          |          |    | ●   |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
|                                      | ひよこ豆のサラダ             | ▲ |   |    |     |    |    |                      | カリフラワー               |                                      |          |   |    |     |    |    |    |   |                      | コーンサラダ                               |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
| もやしときくらげの香味和え                        | ●                    |   |   |    |     |    |    | 海そうサラダ               |                      |                                      |          |   |    |     | ▲  | ▲  |    |   | マカロニサラダ              | ●                                    | ●        | ●  |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
| キャベツと人参の千切り【せんぎり】サラダ                 |                      |   |   |    |     |    |    | キャベツと人参の千切り【せんぎり】サラダ |                      |                                      |          |   |    |     |    |    |    |   | キャベツと人参の千切り【せんぎり】サラダ |                                      |          |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
| お漬物(つぼ漬、赤かぶ漬)                        | ※共通品目 参照             |   |   |    |     |    |    |                      |                      | お漬物(つぼ漬、赤かぶ漬)                        | ※共通品目 参照 |   |    |     |    |    |    |   |                      | お漬物(つぼ漬、赤かぶ漬)                        | ※共通品目 参照 |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
| ドレッシング(青じそ・フレンチ白・赤)                  | ※共通品目 参照             |   |   |    |     |    |    |                      |                      | ドレッシング(青じそ・フレンチ白・赤)                  | ※共通品目 参照 |   |    |     |    |    |    |   |                      | ドレッシング(青じそ・フレンチ白・赤)                  | ※共通品目 参照 |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |
| 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶            | ※共通品目 参照             |   |   |    |     |    |    |                      |                      | 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶            | ※共通品目 参照 |   |    |     |    |    |    |   |                      | 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶            | ※共通品目 参照 |    |     |    |    |    |   |   |   |  |  |  |  |   |  |  |

| ※共通品目(飲み物)                        | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | エビ | カニ | ごま | ※共通品目(ふりかけ)  | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | エビ | カニ | ごま | ※共通品目(ドレッシング) | 小麦             | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | エビ | カニ | ごま |  |
|-----------------------------------|----|---|---|----|-----|----|----|----|--------------|----|---|---|----|-----|----|----|----|---------------|----------------|---|---|----|-----|----|----|----|--|
| 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶・コーヒー・緑茶 |    |   |   |    |     |    |    |    | ふりかけ(さけ、かつお) | ●  |   | ● |    |     |    |    |    | ●             | フレンチドレッシング 白・赤 | ● | ● |    |     |    |    |    |  |
| 牛乳                                |    |   | ● |    |     |    |    |    |              |    |   |   |    |     |    |    |    |               | 青じそドレッシング      | ● |   |    |     |    |    |    |  |
|                                   |    |   |   |    |     |    |    |    |              |    |   |   |    |     |    |    |    |               | ウスターソース        |   |   |    |     |    |    |    |  |

# 2024年 7月 こんだてひょう & アレルゲン表

# NO. 2

コンパスグループ・ジャパン㈱ 乗鞍店

※諸事情による変更は、ご了承ください。

| 日付                                   | 【 №.4 】 アレルギー表示       |   |   |    |     |    |    |                      |                                      | 【 №.5 】 アレルギー表示      |   |    |     |    |    |                      |                      |                                      | 【 №.6 】 アレルギー表示   |    |     |    |    |    |  |  |  |
|--------------------------------------|-----------------------|---|---|----|-----|----|----|----------------------|--------------------------------------|----------------------|---|----|-----|----|----|----------------------|----------------------|--------------------------------------|-------------------|----|-----|----|----|----|--|--|--|
|                                      | 7月(6・12・13・18・24・30日) |   |   |    |     |    |    |                      |                                      | 7月(1・7・13・19・25・31日) |   |    |     |    |    |                      |                      |                                      | 7月(2・8・14・20・26日) |    |     |    |    |    |  |  |  |
|                                      | 小麦                    | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | エビ | カニ | ごま                   | 小麦                                   | 卵                    | 乳 | そば | 落花生 | エビ | カニ | ごま                   | 小麦                   | 卵                                    | 乳                 | そば | 落花生 | エビ | カニ | ごま |  |  |  |
| 朝<br>食                               | ごはん                   |   |   |    |     |    |    |                      | ごはん                                  |                      |   |    |     |    |    |                      | ごはん                  |                                      |                   |    |     |    |    |    |  |  |  |
|                                      | ぞうすい(若菜)              |   |   |    |     |    |    |                      | ぞうすい(中華)                             |                      |   |    |     |    |    |                      | ぞうすい(おかか)            |                                      |                   |    |     |    |    |    |  |  |  |
|                                      | 食パン                   | ● | ▲ | ●  |     |    |    | ▲                    | 食パン                                  | ●                    | ▲ | ●  |     |    |    |                      | 食パン                  | ●                                    | ▲                 | ●  |     |    |    | ▲  |  |  |  |
|                                      | コッペパン                 | ● | ● | ●  |     |    |    | ▲                    | コッペパン                                | ●                    | ● | ●  |     |    |    |                      | コッペパン                | ●                                    | ●                 | ●  |     |    |    | ▲  |  |  |  |
|                                      | いちごジャム                |   |   |    |     |    |    |                      | いちごジャム                               |                      |   |    |     |    |    |                      | いちごジャム               |                                      |                   |    |     |    |    |    |  |  |  |
|                                      | コーンフレーク               | ▲ |   | ▲  |     |    |    |                      | コーンフレーク                              | ▲                    |   | ▲  |     |    |    |                      | コーンフレーク              | ▲                                    |                   | ▲  |     |    |    |    |  |  |  |
|                                      | 玉葱と人参の味噌汁             |   |   |    |     |    |    |                      | キャベツとわかめの味噌汁                         |                      |   |    |     |    | ▲  | ▲                    | いんげんとじゃが芋の味噌汁        |                                      |                   |    |     |    |    |    |  |  |  |
|                                      | ミートボール                | ● | ● | ●  |     |    | ▲  | ▲                    | チキンナゲット                              | ●                    | ● | ●  |     |    |    |                      | 白身フライ                | ●                                    | ▲                 |    |     |    | ▲  |    |  |  |  |
|                                      | オムレツ                  | ● | ● | ●  |     |    | ▲  | ▲                    | スクランブルエッグ                            | ●                    | ● | ●  |     |    |    |                      | オムレツ                 | ●                                    | ●                 | ●  |     |    | ▲  | ▲  |  |  |  |
|                                      | れんこんきんぴら              | ● |   |    |     |    |    | ●                    | こんにやくゴボウ                             | ●                    |   |    |     |    |    |                      | 切り昆布の子和え             | ●                                    |                   |    |     |    |    |    |  |  |  |
| 三種豆とマカロニのサラダ                         | ●                     |   |   |    |     |    |    | ポテトサラダ               | ●                                    | ●                    | ● |    |     |    |    | スパゲティサラダ             | ●                    | ●                                    | ●                 |    |     |    |    |    |  |  |  |
| キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ                 | ●                     |   |   |    |     |    |    | キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ | ●                                    |                      |   |    |     |    |    | キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ | ●                    |                                      |                   |    |     |    |    |    |  |  |  |
| 納豆(なっとう)                             | ●                     |   |   |    |     |    |    | 納豆(なっとう)             | ●                                    |                      |   |    |     |    |    | 納豆(なっとう)             | ●                    |                                      |                   |    |     |    |    |    |  |  |  |
| ふりかけ(さけ、かつお)                         | ※共通品目 参照              |   |   |    |     |    |    |                      | ふりかけ(さけ、かつお)                         | ※共通品目 参照             |   |    |     |    |    |                      |                      | ふりかけ(さけ、かつお)                         | ※共通品目 参照          |    |     |    |    |    |  |  |  |
| お漬物(小梅、たくあん)                         | ※共通品目 参照              |   |   |    |     |    |    |                      | お漬物(小梅、たくあん)                         | ※共通品目 参照             |   |    |     |    |    |                      |                      | お漬物(小梅、たくあん)                         | ※共通品目 参照          |    |     |    |    |    |  |  |  |
| ドレッシング(青じそ・フレンチ白・赤)                  | ※共通品目 参照              |   |   |    |     |    |    |                      | ドレッシング(青じそ・フレンチ白・赤)                  | ※共通品目 参照             |   |    |     |    |    |                      |                      | ドレッシング(青じそ・フレンチ白・赤)                  | ※共通品目 参照          |    |     |    |    |    |  |  |  |
| 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶・牛乳・コーヒー・緑茶 | ※共通品目 参照              |   |   |    |     |    |    |                      | 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶・牛乳・コーヒー・緑茶 | ※共通品目 参照             |   |    |     |    |    |                      |                      | 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶・牛乳・コーヒー・緑茶 | ※共通品目 参照          |    |     |    |    |    |  |  |  |
| 昼<br>食                               | ごはん                   |   |   |    |     |    |    |                      | ごはん                                  |                      |   |    |     |    |    |                      | ごはん                  |                                      |                   |    |     |    |    |    |  |  |  |
|                                      | ポークカレー                | ● |   | ●  |     |    |    |                      | ビーフカレー                               | ●                    | ▲ | ●  |     |    |    |                      | チキンカレー               | ●                                    |                   | ●  |     |    |    |    |  |  |  |
|                                      | じゃが芋とわかめの味噌汁          |   |   |    |     |    | ▲  | ▲                    | ほうれん草と玉葱の味噌汁                         |                      |   |    |     |    |    |                      | 大根と人参の味噌汁            |                                      |                   |    |     |    |    |    |  |  |  |
|                                      | 鶏ちゃん焼き(味噌味)           |   |   |    |     |    | ▲  | ▲                    | かつおフレーク                              | ●                    |   |    |     |    |    |                      | 豚肉と青菜の塩炒め            |                                      |                   |    |     |    | ▲  | ▲  |  |  |  |
|                                      | 野菜コロッケ                | ● | ● | ▲  |     |    | ▲  | ▲                    | ひとくちとんかつ                             | ●                    | ● | ●  |     |    |    | レンコン肉詰めフライ           | ●                    | ▲                                    | ▲                 |    |     | ▲  | ▲  |    |  |  |  |
|                                      | チキンのサラダ仕立て            | ● |   | ●  |     |    |    |                      | 鶏むね肉の葱塩だれ                            | ●                    | ▲ |    |     | ▲  |    | チキンのサラダ仕立て           | ●                    |                                      | ●                 |    |     |    |    |    |  |  |  |
|                                      | おくらのおかか和え             | ● |   |    |     |    |    |                      | 春雨の中華和え                              |                      |   |    |     |    |    | 枝豆とコーンのサラダ           | ●                    |                                      |                   |    |     |    |    |    |  |  |  |
|                                      | 茄子の生姜醤油               | ● |   |    |     |    |    |                      | ワカメツナ炒め                              |                      |   |    |     |    | ▲  | ▲                    | リヨネーズポテト             | ●                                    |                   |    |     |    |    |    |  |  |  |
|                                      | MIXビーンズ               |   |   |    |     |    |    |                      | キャベツと山菜のおかか和え                        | ●                    |   |    |     |    |    |                      | ブロッコリーサラダ            | ▲                                    |                   |    |     |    |    |    |  |  |  |
|                                      | キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ  |   |   |    |     |    |    |                      | キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ                 |                      |   |    |     |    |    |                      | キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ |                                      |                   |    |     |    |    |    |  |  |  |
| お漬物(ふくじん漬、さくら漬)                      | ※共通品目 参照              |   |   |    |     |    |    |                      | お漬物(ふくじん漬、さくら漬)                      | ※共通品目 参照             |   |    |     |    |    |                      |                      | お漬物(ふくじん漬、さくら漬)                      | ※共通品目 参照          |    |     |    |    |    |  |  |  |
| ドレッシング(青じそ・フレンチ白・赤)                  | ※共通品目 参照              |   |   |    |     |    |    |                      | ドレッシング(青じそ・フレンチ白・赤)                  | ※共通品目 参照             |   |    |     |    |    |                      |                      | ドレッシング(青じそ・フレンチ白・赤)                  | ※共通品目 参照          |    |     |    |    |    |  |  |  |
| 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶            | ※共通品目 参照              |   |   |    |     |    |    |                      | 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶            | ※共通品目 参照             |   |    |     |    |    |                      |                      | 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶            | ※共通品目 参照          |    |     |    |    |    |  |  |  |
| 夕<br>食                               | ごはん                   |   |   |    |     |    |    |                      | ごはん                                  |                      |   |    |     |    |    |                      | ごはん                  |                                      |                   |    |     |    |    |    |  |  |  |
|                                      | 五目まぜごはん               | ● |   |    |     |    |    |                      | 菜めし                                  |                      |   |    |     |    |    |                      | ゆかりご飯                |                                      |                   |    |     |    |    |    |  |  |  |
|                                      | 豚肉と野菜のビーフン(塩味)        |   |   |    |     |    |    | ●                    | ナポリタンスパゲッティ                          | ●                    |   | ●  |     |    |    | 和風山菜焼うどん             | ●                    |                                      |                   |    |     |    | ▲  |    |  |  |  |
|                                      | 大根とインゲンの味噌汁           |   |   |    |     |    |    |                      | 小松菜と人参の味噌汁                           |                      |   |    |     |    |    | 玉ねぎとわかめの味噌汁          |                      |                                      |                   |    |     | ▲  | ▲  |    |  |  |  |
|                                      | ハンバーグデミグラスソース         | ● |   | ●  |     |    |    |                      | 照り焼き肉団子                              | ●                    | ● | ●  |     |    | ▲  | ▲                    | 水餃子                  | ●                                    | ●                 | ●  |     |    |    | ●  |  |  |  |
|                                      | 豆腐と蒸し鶏のさっぱりサラダ        | ● | ▲ |    |     | ▲  |    |                      | 豚肉と野菜のしゃぶしゃぶ梅風味                      | ●                    |   |    |     |    |    |                      | 豆腐と蒸し鶏のさっぱりサラダ       | ●                                    | ▲                 |    |     | ▲  |    |    |  |  |  |
|                                      | イワシ青のりフライ             | ● | ▲ | ▲  |     |    | ▲  |                      | フライドチキン                              | ●                    | ● | ▲  |     |    |    | メンチカツ                | ●                    |                                      | ●                 |    |     |    |    |    |  |  |  |
|                                      | フライドポテト(塩味)           |   |   |    |     |    |    |                      | フライドポテト(のり塩味)                        |                      |   |    |     |    | ▲  | ▲                    | フライドポテト(ニンニク味)       |                                      |                   |    |     |    |    |    |  |  |  |
|                                      | キャベツとコーン炒め            |   |   |    |     |    |    |                      | 野菜カレーソテー                             |                      |   |    |     |    |    |                      | ブロッコリーのトマト煮          | ●                                    |                   | ●  |     |    |    |    |  |  |  |
|                                      | ひよこ豆のサラダ              | ▲ |   |    |     |    |    |                      | カリフラワー                               |                      |   |    |     |    |    |                      | コーンサラダ               | ●                                    |                   |    |     |    |    |    |  |  |  |
| もやしときくらげの香味和え                        | ●                     |   |   |    |     |    |    | 海そうサラダ               |                                      |                      |   |    |     | ▲  | ▲  | マカロニサラダ              | ●                    | ●                                    | ●                 |    |     |    |    |    |  |  |  |
| キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ                 |                       |   |   |    |     |    |    | キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ |                                      |                      |   |    |     |    |    | キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ |                      |                                      |                   |    |     |    |    |    |  |  |  |
| お漬物(つぼ漬、赤かぶ漬)                        | ※共通品目 参照              |   |   |    |     |    |    |                      | お漬物(つぼ漬、赤かぶ漬)                        | ※共通品目 参照             |   |    |     |    |    |                      |                      | お漬物(つぼ漬、赤かぶ漬)                        | ※共通品目 参照          |    |     |    |    |    |  |  |  |
| ドレッシング(青じそ・フレンチ白・赤)                  | ※共通品目 参照              |   |   |    |     |    |    |                      | ドレッシング(青じそ・フレンチ白・赤)                  | ※共通品目 参照             |   |    |     |    |    |                      |                      | ドレッシング(青じそ・フレンチ白・赤)                  | ※共通品目 参照          |    |     |    |    |    |  |  |  |
| 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶            | ※共通品目 参照              |   |   |    |     |    |    |                      | 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶            | ※共通品目 参照             |   |    |     |    |    |                      |                      | 水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶            | ※共通品目 参照          |    |     |    |    |    |  |  |  |

| ※共通品目(漬物) | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | エビ | カニ | ごま | ※共通品目(漬物) | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | エビ | カニ | ごま |
|-----------|----|---|---|----|-----|----|----|----|-----------|----|---|---|----|-----|----|----|----|
| 小梅        |    |   |   |    |     |    |    |    | たくあん      |    |   |   |    |     |    |    |    |
| 福神漬       | ●  |   |   |    |     |    |    |    | さくら漬      |    |   |   |    |     |    |    |    |
| つぼ漬       | ●  |   |   |    |     |    |    |    | 赤かぶ漬      | ●  |   |   |    |     |    |    |    |

※▲表示については、コンタミネーションの可能性のあるアレルゲンです。  
 ※諸事情によりメニュー変更等があった場合、アレルゲン表も変更になる場合があります。  
 ※当食堂ではビュッフェ方式の為、稀に他の料理が混入する場合がございます。  
 ※別紙「アレルギー対応について」もご覧ください。