



| 10月提供日 | | 7大アレルギー | | | | | | | 7大アレルギー | | | | | | | 7大アレルギー | | | | | | | |
|--------|---------|----------------|---|---|----|-----|----|---------|---------------|---|---|----|-----|---------|------------------|---------------|---|---|----|-----|----|----|--|
| 11月提供日 | | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | えび | かに | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | えび | かに | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | えび | かに | |
| 朝食 | 主食1 | ご飯 | | | | | | | ご飯 | | | | | | | ご飯 | | | | | | | |
| | 主食2 | パン | ● | | ● | | | | パン | ● | | ● | | | | パン | ● | | ● | | | | |
| | 汁物 | 味噌汁 | | | | | | | 味噌汁 | | | | | | | 味噌汁 | | | | | | | |
| | おかず | 納豆 | ● | | | | | | かつおフレーク | | | | | | | 納豆 | ● | | | | | | |
| | おかず | ツナポテト | ● | | ● | | | | ミートボール | ● | ● | ● | | | | 豆アジの唐揚げ | ● | ● | ● | | | | |
| | おかず | オムレツ | ● | ● | ● | | | | スクランブルエッグ | | ● | ● | | | | ミックススクランブルエッグ | | ● | ● | | | | |
| | おかず | きんぴらごぼう | ● | | | | | | ひじきの煮物 | ● | | | | | | 切干大根の煮物 | ● | | | | | | |
| | おかず | マカロニサラダ | ● | ● | ● | | | | ポテトサラダ | ● | ● | ● | | | | マカロニサラダ | ● | ● | ● | | | | |
| | サラダ | コールスロー | ● | | | | | | コールスロー | ● | | | | | | コールスロー | ● | | | | | | |
| | フルーツ | フルーツ | | | | | | | フルーツ | | | | | | | フルーツ | | | | | | | |
| | 漬物 | 漬物（2種） | ● | | | | | | 漬物（2種） | ● | | | | | | 漬物（2種） | ● | | | | | | |
| | その他 | ふりかけ | ● | | ● | | | | ふりかけ | ● | | ● | | | | ふりかけ | ● | | ● | | | | |
| | | いちごジャム | | | | | | | いちごジャム | | | | | | | いちごジャム | | | | | | | |
| | マーガリン | | | ● | | | | マーガリン | | | ● | | | | マーガリン | | | ● | | | | | |
| 飲み物 | 低脂肪牛乳 | | | ● | | | | 低脂肪牛乳 | | | ● | | | | 低脂肪牛乳 | | | ● | | | | | |
| | 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 | ひじきわかめご飯 | ● | | | | | | ご飯 | | | | | | ご飯 | | | | | | | | |
| | 麺類1 | | | | | | | | ★醤油ラーメン | ● | ● | | | | | | | | | | | | |
| | 麺類2 | キノコとベーコンのスパゲティ | ● | ● | ● | | | | 焼きビーフン | ● | | | | | ほうれん草とベーコンのスパゲティ | ● | ● | ● | | | | | |
| | 汁物 | お吸い物 | ● | | | | | | わかめスープ | ● | | | | | お吸い物 | ● | | | | | | | |
| | おかず | コロッケ | ● | | | | | | アジフライ | ● | | | | | メンチカツ | ● | | ● | | | | | |
| | おかず | 水餃子 | ● | ● | ● | | | | しゅうまい | ● | | ● | | | 挽き肉とピーマンのボン酢炒め | ● | | | | | | | |
| | おかず | カボチャの煮物 | ● | | | | | | 高野豆腐の煮物 | ● | | | | | なすのオランダ煮 | ● | | | | | | | |
| | おかず | ごぼうサラダ | ● | ● | ● | | | | 春雨サラダ | ● | | | | | ごぼうサラダ | ● | ● | ● | | | | | |
| | サラダ1 | コールスロー | ● | | | | | | コールスロー | ● | | | | | コールスロー | ● | | | | | | | |
| | サラダ2 | 日替わり野菜 | ● | | | | | | 日替わり野菜 | ● | | | | | 日替わり野菜 | ● | | | | | | | |
| | デザート | フルーツ寒天ゼリー | | | | | | | 杏仁豆腐 | | | ● | | | フルーツ白玉 | | | | | | | | |
| | 漬け物 | 漬物（2種） | ● | | | | | | 漬物（2種） | ● | | | | | 漬物（2種） | ● | | | | | | | |
| | その他 | ふりかけ | ● | | ● | | | | ふりかけ | ● | | ● | | | ふりかけ | ● | | ● | | | | | |
| 飲み物 | 低脂肪牛乳 | | | ● | | | | 低脂肪牛乳 | | | ● | | | 低脂肪牛乳 | | | ● | | | | | | |
| | 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 | | | | | | | ご飯 | | | | | | ご飯 | | | | | | | | |
| | 麺類 | 焼きうどん | ● | | | | | | 焼きそば | ● | ● | | | | 明太子スパゲティ | ● | ● | | | | | | |
| | 汁物 | 味噌汁 | | | | | | | 味噌汁 | | | | | ● | 味噌汁 | | | | | | | | |
| | おかず | チキンソースカツ | ● | ● | ● | | | | ハンバーグ(トマトソース) | ● | | ● | | | みそかつ | ● | ● | ● | | | | | |
| | おかず | ジャーマンポテト | ● | ● | ● | | | | 白身魚フライ | ● | | | | | 麻婆茄子 | ● | ● | ● | | | | | |
| | おかず | なすの煮びたし | ● | | | | | | 肉じゃが | ● | | | | | コーンソテー | ● | ● | ● | | | | | |
| | おかず | カボチャサラダ | ● | ● | ● | | | | スパゲティサラダ | ● | ● | ● | | | カボチャサラダ | ● | ● | ● | | | | | |
| | おかず | いんげんの胡麻和え | ● | | | | | | フライドポテト | ● | | | | | きんぴらレンコン | ● | | | | | | | |
| | サラダ1 | コールスロー | ● | | | | | | コールスロー | ● | | | | | コールスロー | ● | | | | | | | |
| | サラダ2 | 日替わり野菜 | ● | | | | | | 日替わり野菜 | ● | | | | | 日替わり野菜 | ● | | | | | | | |
| | 漬け物 | 漬物（2種） | ● | | | | | | 漬物（2種） | ● | | | | | 漬物（2種） | ● | | | | | | | |
| | その他 | ふりかけ | ● | | ● | | | | ふりかけ | ● | | ● | | | ふりかけ | ● | | ● | | | | | |
| | デザート | ★ゼリー | | | | | | | ★ヨーグルト | | | ● | | | ★プリン | | ● | ● | | | | | |
| 飲み物 | 低脂肪牛乳 | | | ● | | | | 低脂肪牛乳 | | | ● | | | 低脂肪牛乳 | | | ● | | | | | | |
| | フリードリンク | | | | | | | フリードリンク | | | | | | フリードリンク | | | | | | | | | |
| ドレッシング | フレンチ 白 | | ● | | | | | 青じそ | ● | | | | | ケチャップ | | | | | | | | | |
| | フレンチ 赤 | | ● | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

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。



| 10月提供日 | | 7大アレルゲン | | | | | | | 7大アレルゲン | | | | | | | 7大アレルゲン | | | | | | | |
|--------|-----------|--------------|---|---|----|-----|----|---------|-----------------|---|---|----|-----|---------|-------------|---------------|---|---|----|-----|----|----|--|
| 11月提供日 | | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | えび | かに | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | えび | かに | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | えび | かに | |
| 朝食 | 主食1 | ご飯 | | | | | | | ご飯 | | | | | | | ご飯 | | | | | | | |
| | 主食2 | パン | ● | | ● | | | | パン | ● | | ● | | | | パン | ● | | ● | | | | |
| | 汁物 | 味噌汁 | | | | | | | 味噌汁 | | | | | | | 味噌汁 | | | | | | | |
| | おかず | かつおフレーク | | | | | | | 納豆 | ● | | | | | | かつおフレーク | | | | | | | |
| | おかず | 肉団子の照焼き | ● | ● | ● | | | | 鮭フレーク | | | | | | | 肉団子ケチャップ煮 | ● | ● | ● | | | | |
| | おかず | オムレツ | ● | ● | ● | | | | スクランブルエッグ | | ● | ● | | | | ミックススクランブルエッグ | | ● | ● | | | | |
| | おかず | きんぴらごぼう | ● | | | | | | ひじきの煮物 | ● | | | | | | 切干大根の煮物 | ● | | | | | | |
| | おかず | ポテトサラダ | ● | ● | ● | | | | マカロニサラダ | ● | ● | ● | | | | ポテトサラダ | ● | ● | ● | | | | |
| | サラダ | コールスロー | | | | | | | コールスロー | | | | | | | コールスロー | | | | | | | |
| | フルーツ | フルーツ | | | | | | | フルーツ | | | | | | | フルーツ | | | | | | | |
| 漬物 | 漬物（2種） | ● | | | | | | 漬物（2種） | ● | | | | | | 漬物（2種） | ● | | | | | | | |
| その他 | ふりかけ | ● | | ● | | | | ふりかけ | ● | | ● | | | | ふりかけ | ● | | ● | | | | | |
| | いちごジャム | | | | | | | いちごジャム | | | | | | | いちごジャム | | | | | | | | |
| | マーガリン | | | ● | | | | マーガリン | | | ● | | | | マーガリン | | | ● | | | | | |
| 飲み物 | 低脂肪牛乳 | | | ● | | | | 低脂肪牛乳 | | | ● | | | | 低脂肪牛乳 | | | ● | | | | | |
| | 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 | | | | | | | 高菜ご飯 | ● | | | | | ご飯 | | | | | | | | |
| | 麺類1 | ★きつねうどん | ● | | | | | | | | | | | | ★たぬきうどん | ● | | | | | | | |
| | 麺類2 | マカロニのペペロンチーノ | ● | ● | ● | | | | なすのミートソーススパゲティ | ● | ● | ● | | | 焼きそば | ● | ● | | | | | ● | |
| | 汁物 | ミネストローネ | ● | | ● | | | | お吸い物 | ● | | | | | ベジタブルスープ | ● | | ● | | | | | |
| | おかず | コロッケ | ● | | ● | | | | アジフライ | ● | | | | | メンチカツ | ● | | ● | | | | | |
| | おかず | 水餃子 | ● | ● | | | | | 肉じゃが | ● | | | | | 豚肉と青菜の塩炒め | ● | | | | | | | |
| | おかず | カボチャの煮物 | ● | | | | | | コーンソテー | ● | | ● | | | なすのオランダ煮 | ● | | | | | | | |
| | おかず | 春雨サラダ | | | | | | | ごぼうサラダ | ● | ● | ● | | | 春雨サラダ | | | | | | | | |
| | サラダ1 | コールスロー | | | | | | | コールスロー | | | | | | コールスロー | | | | | | | | |
| | サラダ2 | 日替わり野菜 | | | | | | | 日替わり野菜 | | | | | | 日替わり野菜 | | | | | | | | |
| デザート | フルーツ寒天ゼリー | | | | | | | 杏仁豆腐 | | | ● | | | フルーツ白玉 | | | | | | | | | |
| 漬け物 | 漬物（2種） | ● | | | | | | 漬物（2種） | ● | | | | | 漬物（2種） | ● | | | | | | | | |
| その他 | ふりかけ | ● | | ● | | | | ふりかけ | ● | | ● | | | ふりかけ | ● | | ● | | | | | | |
| 飲み物 | 低脂肪牛乳 | | | ● | | | | 低脂肪牛乳 | | | ● | | | 低脂肪牛乳 | | | ● | | | | | | |
| | 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 | | | | | | | ご飯 | | | | | | ご飯 | | | | | | | | |
| | 麺類 | パンネカレーソース | ● | | ● | | | | トマトソーススパゲティ | ● | | ● | | | ナポリタンスパゲティ | ● | ● | ● | | | | | |
| | 汁物 | 味噌汁 | | | | | | | 味噌汁 | | | | | | 味噌汁 | | | | | | | | |
| | おかず | チキンカツ | ● | ● | ● | | | | ハンバーグ（ジンジャーソース） | ● | | ● | | | イカカツ | ● | | | | | | | |
| | おかず | 豚肉の生姜焼き | ● | | | | | | ささみのしそ巻きフライ | ● | ● | ● | | | ウインナー | ● | | ● | | | | | |
| | おかず | 里芋とこんにゃくの煮物 | ● | | | | | | 高野豆腐の煮物 | ● | | | | | 肉団子のボトフ風 | ● | ● | ● | | | | | |
| | おかず | さつま芋レモン煮 | ● | | | | | | カボチャサラダ | ● | ● | ● | | | 大根とゆず皮の甘酢和え | ● | | | | | | | |
| | おかず | いんげんの胡麻和え | ● | | | | | | イタリアンサラダ | | | | | | きんぴらレンコン | ● | | | | | | | |
| | サラダ1 | コールスロー | | | | | | | コールスロー | | | | | | コールスロー | | | | | | | | |
| | サラダ2 | 日替わり野菜 | | | | | | | 日替わり野菜 | | | | | | 日替わり野菜 | | | | | | | | |
| 漬け物 | 漬物（2種） | ● | | ● | | | | 漬物（2種） | ● | | | | | 漬物（2種） | ● | | | | | | | | |
| その他 | ふりかけ | ● | | ● | | | | ふりかけ | ● | | ● | | | ふりかけ | ● | | ● | | | | | | |
| デザート | ★ゼリー | | | | | | | ★ヨーグルト | | | ● | | | ★プリン | | ● | ● | | | | | | |
| 飲み物 | 低脂肪牛乳 | | | ● | | | | 低脂肪牛乳 | | | ● | | | 低脂肪牛乳 | | | ● | | | | | | |
| | フリードリンク | | | | | | | フリードリンク | | | | | | フリードリンク | | | | | | | | | |
| ドレッシング | フレンチ 白 | | ● | | | | | 青じそ | ● | | | | | ケチャップ | | | | | | | | | |
| | フレンチ 赤 | | ● | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

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。