

NO.1	3/1.7.13.19.25.31 4/6.12.18.24.30							
朝 食	原材料	アレルギー 特定原材料 7品目						
		小麦	卵	乳	そば	えび	かに	落花生
鮭の塩焼き	焼き鮭							
ミックスベジ スクランブル	ミックスベジ 卵スクランブル	●	●	●				
	玉ねぎ							
	チキンだし	▲			▲		▲	
切り昆布 煮物	切昆布煮	●						
	インゲン							
スパゲティ サラダ	スパゲティーサラダ	●	●	●				
	バジル							
味噌汁	人参							
	大根							
	顆粒かつおだし							
	白味噌							
コールスロー	キャベツ							
	水菜							
	人参							
	紫キャベツ							
漬物	赤小梅							
	高菜大根ミックス	●						
ご飯	無洗米							
白粥	ご飯							
	チキンだし	▲			▲		▲	
	塩							
	ポン酢	●						
パン	食パン	●	▲	●				
	フランスパン	●	▲	▲				
コーンフレーク	コーンフレーク	▲		▲				
マーガリン	マーガリン			●				
ジャム	イチゴジャム							
	みかんジャム							
ふりかけ	かつお	●	●	●				
	ワカメ	●		●				
納豆	納豆	●						
ドレッシング	イタリアンドレ							
	青じそドレ	●						
	フレンチドレ		●					

● 該当 ▲ 可能性有り
詳細については、直接食堂までお問い合わせ下さい。

アレルギー対応にて代替食をご希望の方は
団体名・ご利用日程・氏名・アレルゲン等を
お書きの上、当食堂へFAXをして下さい。

特定原材料等7品目以外のアレルゲンにおきましては
対応致しかねる場合がございますので、ご了承下さい。
尚、アレルギー症状が重度のお客様に対しましてはお料理のご提供は
できませんので、その場合はお食事のお持込をお願いする場合もあります。
当食堂までご連絡の上ご相談下さい。

NO.1	原材料	アレルギー 特定原材料 7品目						
昼 食	原材料	小麦	卵	乳	そば	えび	かに	落花生
中華丼	白菜							
	玉ねぎ							
	豚肉							
	きくらげ							
	人参							
	赤かまぼこ	●	▲	●				
	中華あじ							
	上白糖							
	醤油	●						
	胡麻油							
塩 焼きそば	蒸麵	●	●					
	ニンニクの芽							
	もやし							
	人参							
	塩・胡椒							
	青のり							
	中華がらだしの素							
	胡麻油							
ササミチーズフライ	ささみフライ	●	●	●				
シユウマイ	焼売	●						
	からし							
京がんもの 煮物	がんもどき	●						
	人参							
	絹さや							
	上白糖							
	顆粒かつおだし							
	濃口醤油	●						
	みりん							
大根ときゅうりの 梅ドレ和え	大根							
	きゅうり							
	玉葱							
	練り梅							
	梅ドレッシング	●						
スープ	長ネギ							
	白菜							
	中華味							
	塩・胡椒							
みたらし 白玉	白玉							
	濃口醤油	●						
	上白糖							
コールスロー	キャベツ							
	水菜							
	人参							
漬物	しば漬物	●						
	つぼ漬							
ふりかけ	かつお	●	●	●				
	ワカメ	●		●				
ご飯	無洗米							
ドレッシング	イタリアンドレ							
	青じそドレ	●						
	フレンチドレ		●					

→胡麻含む(コンタミ含む)

NO.1	原材料	アレルギー 特定原材料 7品目						
夕 食	原材料	小麦	卵	乳	そば	えび	かに	落花生
豆腐ハンバーグ 野菜あんかけ	豆腐ハンバーグ	●	●					
	長ネギ							
	野菜あんかけの素	●						
アスパラの 中華炒め	アスパラ							
	人参							
	玉葱							
	きくらげ							
	塩・胡椒							
	上白糖							
	中華味							
	濃口醤油	●						
チキンカツ	チキンカツ	●	●	●				
里芋ときのこの 煮物	里芋							
	人参							
	絹さや							
	しめじ							
	ガラスープ							
	塩							
	砂糖							
ポテトサラダ	ポテトサラダ	●	●	●				
ワカメうどん	うどん	●						
	カットワカメ							
	長ネギ							
	顆粒かつおだし							
	そばつゆの素	●						
	みりん							
味噌汁	玉葱							
	椎茸							
	顆粒かつおだし							
	赤味噌							
フルーツゼリー	フルーツゼリーの素							
コールスロー	キャベツ							
	水菜							
	人参							
漬物	青かっぱ	●						
	さくら漬け							
ふりかけ	かつお	●	●	●				
	ワカメ	●		●				</

NO.2		3/2.8.14.20.26 4/1.7.13.19.25	アレルギー 特定原材料 7品目						
朝 食	原材料	小麦	卵	乳	そば	えび	かに	落花生	
キャベツと豚肉の炒め	豚小間肉								
	キャベツ								
	もやし								
	人参								
	玉葱								
	塩・胡椒								
	上白糖								
	中華味								
	濃口醤油	●							
オムレツ	オムレツ	●							
ひじき煮	ひじき煮	●							
マカロニサラダ	マカロニサラダ	●	●	●					
味噌汁	長ネギ								
	油揚げ								
	顆粒かつおだし								
	白味噌								
コールスロー	キャベツ								
	水菜								
	人参								
漬物	赤小梅								
	高菜大根ミックス	●							
ご飯	無洗米								
白粥	ご飯								
	チキンだし	▲					▲	▲	
	塩								
	ポン酢	●							
パン	食パン	●	▲	●					
	フランスパン	●	▲	▲					
コーンフレーク	コーンフレーク	▲			▲				
マーガリン	マーガリン				●				
ジャム	イチゴジャム								
	みかんジャム								
ふりかけ	かつお	●	●	●					
	ワカメ	●			●				
納豆	納豆	●							
ドレッシング	イタリアンドレ								
	青じそドレ	●							
	フレンチドレ		●						

アレルギー対応にて代替食をご希望の方は
団体名・ご利用日程・氏名・アレルゲン等を
お書きの上、当食堂へFAXをして下さい。
原材料等7品目以外のアレルゲンにおきましては
致しかねる場合がございますので、ご了承下さい。
ギー症状が重度のお客様に対しましてはお料理のご提供は
で、その場合はお食事のお持込をお願いする場合もあります。
当食堂までご連絡の上ご相談下さい。

NO.2

昼 食	原材料	アレルギー 特定原材料 7品目						
		小麦	卵	乳	そば	えび	かに	落花生
ハヤシ ライス	牛パラスライス							
	玉葱							
	ハヤシフレーク	●						
	ぶなしめじ							
	トマト缶							
	上白糖							
	チキンだし							
焼き ビーフン	ミルクポーション		●					
	ビーフン	●						
	キャベツ							
	玉葱							
	ミックスピーマン							
	塩・胡椒							
	上白糖							
	中華味							
	濃口醤油	●						
白身フライ	白身フライ	●						
照り焼き ミートボール	鶏肉団子	●	●	●				
	玉ねぎ							
	MIXピーマン							
	照り焼きソース	●						
ぜんまい 煮物	ぜんまい煮	●						
青菜の 土佐和え	菜の花							
	玉葱							
	かつお節							
	顆粒かつおだし							
	濃口醤油	●						
	みりん							
スープ	玉葱							
	きくらげ							
	中華味							
	塩・胡椒							
コーヒーゼリー	コーヒーゼリー							
	ミルクポーション		●					
コールスロー	キャベツ							
	水菜							
	人参							
漬物	福神漬け	●						
	らっきょう							
ふりかけ	かつお	●	●	●				
	ワカメ	●		●				
ご飯	無洗米							
	イタリアンドレ							
ドレッシング	青じそドレ	●						

NO.2

夕 食	原材料	アレルギー 特定原材料 7品目						
		小麦	卵	乳	そば	えび	かに	落花生
甘酢 根菜つくね	根菜つくね	●	●	●				
	ミックスピーマン							
	甘酢ソース	●						
マーボーナス	鶏挽肉							
	ナス							
	玉葱							
	パプリカ							
	きくらげ							
	塩・胡椒							
	上白糖							
	中華味							
	おろしにんにく							
	生姜							
	トウバンジヤン	●						
	濃口醤油	●						
サーモンフライ	ゴマ油							
	マーボー豆腐の素	●						
高野豆腐と こんにゃくの煮物	サーモンフライ	●		▲				
	高野豆腐							
	ねじりこんにゃく							
	ニンジン							
	絹さや							
	昆布だし							
	塩							
ハムとキャベツの マリネ	砂糖							
	刻みハム	▲	●	▲		▲	▲	
	キャベツ							
	玉葱							
とんこつ ラーメン	イタリアンドレッシング							
	中華麺	●	●	●	▲			
	キャベツ							
	もやし							
	人参							
	にら							
	塩・胡椒							
味噌汁	中華がらだしの素							
	とんこつスープ	●						
	絹さや							
	里芋							
フルーツゼリー	顆粒かつおだし							
	赤味噌							
	フルーツゼリーの素							
コールスロー								
	キャベツ							
	水菜							
漬物	人参							
	青かっぱ	●						
ふりかけ	さくら漬け							
	かつお	●	●	●				
	ワカメ	●		●				
ご飯	無洗米							
	イタリアンドレ							
	青じそドレ	●						
	フレンチドレ		●					

NO.3	3/3.9.15.21.27 4/2.8.14.20.26							
朝 食	原材料	アレルギー 特定原材料 7品目						
		小麦	卵	乳	そば	えび	かに	落花生
ししゃも	ししゃも							
ほうれん草 スクランブル	ほうれん草							
	玉ねぎ							
	卵スクランブル	●	●	●				
	チキンだし	▲			▲		▲	
きんぴら	きんぴら	●						
春雨サラダ	春雨サラダ							
味噌汁	絹豆腐							
	なめこ							
	顆粒かつおだし							
	白味噌							
コールスロー	キャベツ							
	水菜							
	人参							
漬物	赤小梅							
	高菜大根ミックス	●						
ご飯	無洗米							
	ご飯							
白粥	チキンだし	▲			▲		▲	
	塩							
	ポン酢	●						
パン	食パン	●	▲	●				
	フランスパン	●	▲	▲				
コーンフレーク	コーンフレーク	▲		▲				
	マーガリン			●				
ジャム	イチゴジャム							
	みかんジャム							
ふりかけ	かつお	●	●	●				
	ワカメ	●		●				
納豆	納豆	●						
	イタリアンドレ							
ドレッシング	青じそドレ	●						
	フレンチドレ		●					

● 該当 ▲ 可能性有り
アレルギー対応にて代替食をご希望の方は
団体名・ご利用日程・氏名・アレルゲン等を
お書きの上、当食堂へFAXをして下さい。

特定原材料等7品目以外のアレルゲンにおきましては
対応致しかねる場合がございますので、ご了承下さい。
尚、アレルギー症状が重度のお客様に対しましてはお料理のご提供は
できませんので、その場合はお食事のお持込をお願いする場合もあります。
当食堂までご連絡の上ご相談下さい。

NO.3	原材料	アレルギー 特定原材料 7品目						
昼 食	原材料	小麦	卵	乳	そば	えび	かに	落花生
ビビンバ丼	もやし 人参 ぜんまい 胡瓜 青梗菜 ビビンバソース 煎りゴマ	●		●				
菜の花 スペゲティ	スペゲティ ペーパン 菜の花 玉葱 顆粒かつおだし 塩・胡椒 濃口醤油	●		●				
豚肉の野菜巻き	豚肉の野菜巻き	●	●	●				
きのこの ガリバタソース炒め	きのこのミックス ぶなしめじ フクロウ マイタケ きくらげ 人参 玉葱 スナップエンドウ 塩・胡椒 ガリバタソース	▲						
ごぼうこんにゃく 煮物	ごぼうこんにゃく 煮物	●						
きゅうりとワカメの 酢の物	きゅうり ワカメ 玉葱 みょうが 土佐酢				●			
スープ	人参 キャベツ 中華味 塩・胡椒							
黒蜜 白玉	白玉 黒蜜 上白糖							
コールスロー	キャベツ 水菜 人参							
漬物	しば漬 つぼ漬	●						
ふりかけ	かつお ワカメ	●	●	●				
ご飯	無洗米							
ドレッシング	イタリアンドレ 青じそドレ フレンチドレ				●			

NO.3	原材料	アレルギー 特定原材料 7品目						
夕 食	原材料	小麦	卵	乳	そば	えび	かに	落花生
豚かつ	豚カツ	●	●	●				
チンジャオロース	牛バラスライス 千切りタケノコ 玉葱 ミックスピーマン 塩・胡椒 上白糖 中華味 チンジャオロースの素					●		
焼き魚	焼き魚							
レンコンと大根の 煮物	レンコン 大根 人参 絹さや 昆布だし 塩 砂糖							
ごぼうサラダ	ごぼうサラダ	●	●	●				
チキンカレー	鶏肉 玉葱 人参 ジャガイモ こくまろカレー 塩・胡椒・上白糖							
味噌汁	麩 いんげん 顆粒かつおだし 赤味噌		●					
フルーチェ	フルーチェ 牛乳				●			
コールスロー	キャベツ 水菜 人参							
漬物	福神漬け らっきょう							
ふりかけ	かつお ワカメ	●	●	●				
ご飯	無洗米							
ドレッシング	イタリアンドレ 青じそドレ フレンチドレ				●			

→胡麻含む(コンタミ含む)

NO.4	3/4.10.16.22.28 4/3.9.15.21.27							
朝 食	原材料	アレルギー 特定原材料 7品目						
		小麦	卵	乳	そば	えび	かに	落花生
コロッケ	コロッケ	●	●					
オムレツ	オムレツ	●						
切干大根煮	切干大根煮	●						
	インゲン							
スパゲティ サラダ	スパゲティーサラダ	●	●	●				
	バジル							
味噌汁	人参							
	椎茸							
	顆粒かつおだし							
	白味噌							
	コールスロー	キャベツ						
	水菜							
	人参							
	漬物	赤小梅						
		高菜大根ミックス	●					
ご飯	ご飯	無洗米						
	白粥	ご飯						
		チキンだし	▲		▲	▲	▲	
		塩						
		ポン酢	●					
	パン	食パン	●	▲	●			
		フランスパン	●	▲	▲			
コーンフレーク	コーンフレーク	▲		▲				
	マーガリン	マーガリン		●				
	ジャム	イチゴジャム						
		みかんジャム						
	ふりかけ	かつお	●	●	●			
		ワカメ	●	●	●			
	納豆	納豆	●					
		イタリアンドレ						
		青じそドレ	●					
		フレンチドレ	●					

アレルギー対応にて代替食をご希望の方は
団体名・ご利用日程・氏名・アレルゲン等を
お書きの上、当食堂へFAXをして下さい。

特定原材料等7品目以外のアレルゲンにおきましては
対応致しかねる場合がございますので、ご了承下さい。
尚、アレルギー症状が重度のお客様に対しましてはお料理のご提供は
できませんので、その場合はお食事のお持込をお願いする場合もあります。
当食堂までご連絡の上ご相談下さい。

NO.4	原材料	アレルギー 特定原材料 7品目						
昼 食	原材料	小麦	卵	乳	そば	えび	かに	落花生
ビーフシチュー 丼	牛バラスライス							
	ジャガイモ							
	人参							
	玉葱	●		●				
	ビーフシチューミックス							
	ソース	蒸麺	●	●				
	焼きそば	キャベツ						
		もやし						
		人参						
		にら						
ササミチーズフライ	塩・胡椒							
	青のり							
	中華味							
	焼きそばソース	●		●				
	ササミフライ	●	●	●				
	水餃子	水餃子	●		●			
		青ネギ						
		ガラスープ						
		胡麻油						
	鶏肉とタケノコの 煮物	鶏小間肉						
白菜の 塩昆布和え	タケノコ							
	人参							
	ぶなしめじ							
	絹さや							
	上白糖							
	顆粒かつおだし							
	濃口醤油	●						
	みりん							
	スープ	白菜						
		人参						
みたらし 白玉	塩昆布	●						
	顆粒昆布だし							
	濃口醤油	●						
	みりん							
		長ネギ						
		春雨						
		中華味						
		塩・胡椒						
		白玉						
		濃口醤油	●					
コールスロー	上白糖							
	キャベツ							
	水菜							
	人参							
	漬物	福神漬け	●					
		らっきょう						
	ふりかけ	かつお	●	●	●			
		ワカメ	●	●	●			
	ご飯	無洗米						
	ドレッシング	イタリアンドレ						
ドレッシング	青じそドレ	●						
	フレンチドレ	フレンチドレ	●					

→胡麻含む(コンタミ含む)

NO.4	原材料	アレルギー
------	-----	-------

NO.5		3/5.11.17.23.29 4/4.10.16.22.28	アレルギー 特定原材料 7品目						
朝 食	原材料	小麦	卵	乳	そば	えび	かに	落花生	
サワラの照焼き	さわら照り焼き	●							
ハムスクランブル	刻みハム	▲	●	▲		▲	▲		
	玉ねぎ5mm								
	卵スクランブル	●	●	●					
	チキンだし	▲				▲		▲	
ひじき煮	ひじき煮	●							
	剥き枝豆								
マカロニサラダ	マカロサラダ	●	●	●					
	バジル								
味噌汁	長ネギ								
	もやし								
	顆粒かつおだし								
	白味噌								
コールスロー	キャベツ								
	水菜								
	人参								
漬物	赤小梅								
	高菜大根ミックス	●							
ご飯	無洗米								
白粥	ご飯								
	チキンだし	▲				▲		▲	
	塩								
	ポン酢	●							
パン	食パン	●	▲	●					
	フランスパン	●	▲	▲					
コーンフレーク	コーンフレーク	▲			▲				
マーガリン	マーガリン				●				
ジャム	イチゴジャム								
	みかんジャム								
ふりかけ	かつお	●	●	●					
	ワカメ	●			●				
納豆	納豆	●							
ドレッシング	イタリアンドレ								
	青じそドレ	●							
	フレンチドレ		●						

- 該当 ▲ 可能性有り
アレルギー対応にて代替食をご希望の方は
団体名・ご利用日程・氏名・アレルゲン等を
お書きの上、当食堂へFAXをして下さい。

特定原材料等7品目以外のアレルゲンにおきまして
対応致しかねる場合がございますので、ご了承下さい

尚、アレルギー症状が重度のお客様に対しましてはお料理のご提供

できませんので、その場合はお食事のお持込をお願いする場合もあります。
当食堂までご連絡の上ご相談下さい。

NO.5

昼 食	原材料	アレルギー 特定原材料 7品目						
		小麦	卵	乳	そば	えび	かに	落花生
ホワイト カレー	鶏小間肉							
	ジャガイモ							
	人参							
	玉葱							
	チキンだし	▲				▲		▲
	牛乳			●				
	ホワイトカレールー	●		●				
チャブチエ	韓国春雨						●	
	牛バラスライス							
	玉葱							
	椎茸							
	にら							
	ミックスピーマン							
	塩・胡椒							
	おろしにんにく							
	上白糖							
	濃口醤油	●						
白身フライ	オイスターソース							
	ゴマ油							
あんかけ 肉団子	煎りゴマ							
	白身フライ	●						
	鶏肉団子	●	●	●				
	玉ねぎ							
	人参							
	MIXピーマン							
	ごま							
	中華味							
	醤油	●						
	金平れんこん	金平レンコン	●					
ブロッコリーの ゴマドレ和え	ブロッコリー							
	玉葱							
	和風ゴマドレッシング	●						
	スープ							
コーヒーゼリー	玉葱							
	チンゲン菜							
	中華味							
	塩・胡椒							
コールスロー	コーヒーゼリー							
	ミルクポーション			●				
	キャベツ							
漬物	水菜							
	人参							
	福神漬け	●						
ふりかけ	らっきょう							
	かつお	●	●	●				
	ワカメ	●		●				
ご飯	無洗米							
ドレッシング	イタリアンドレ							
	青じそドレ	●						
	フレンチドレ		●					

→胡麻含む(コンタミ含む)

NO.5

夕 食	原材料	アレルギー 特定原材料 7品目						
		小麦	卵	乳	そば	えび	かに	落花
塩だれ 根菜つくね	根菜つくね	●	●	●				
	みじんねぎ							
	あら塩ドレッシング	●		●				
豚肉と野菜の 炒め	豚小間肉							
	人参							
	玉葱							
	パプリカ							
	キャベツ							
	濃口醤油	●						
	中華味							
サーモンフライ	塩・胡椒							
	サーモンフライ	●		▲				
高野豆腐と こんにゃくの煮物	高野豆腐							
	こんにゃく							
	にんじん							
	絹さや							
	昆布だし							
	塩							
	砂糖							
イカとキャベツの マリネ	イカ短冊							
	キャベツ							
	玉葱							
	イタリアンドレッシング							
醤油 ラーメン	中華麺	●	●	●	▲			
	キャベツ							
	もやし							
	人参							
	にら							
	塩・胡椒							
	中華がらだしの素							
味噌汁	醤油だれ	●						
	絹さや							
	油揚げ							
	顆粒かつおだし							
フルーツゼリー	赤味噌							
	フルーツゼリーの素							
コールスロー	キャベツ							
	水菜							
	人参							
漬物	青かつぱ	●						
	さくら漬け							
ふりかけ	かつお	●	●	●				
	ワカメ	●		●				
ご飯	無洗米							
ドレッシング	イタリアンドレ							
	青じそドレ	●						
	フレンチドレ			●				

NO.6		3/6.12.18.24.30 4/5.11.17.23.29						
朝 食	原材料	アレルギー 特定原材料 7品目						
		小麦	卵	乳	そば	えび	かに	落花生
チャーシューと野菜の炒め	チャーシュー	●	●	●				
	キャベツ							
	もやし							
	人参							
	玉葱							
	にら							
	塩・胡椒							
	上白糖							
	中華味							
	濃口醤油	●						
オムレツ	オムレツ		●					
きんぴら	きんぴら	●						
春雨サラダ	春雨サラダ							
味噌汁	絹豆腐							
	ワカメ							
	顆粒かつおだし							
	白味噌							
コールスロー	キャベツ							
	水菜							
	人参							
漬物	赤小梅							
	高菜大根ミックス	●						
ご飯	無洗米							
白粥	ご飯							
	チキンだし	▲					▲	▲
	塩							
	ポン酢	●						
パン	食パン	●	▲	●				
	フランスパン	●	▲	▲				
コーンフレーク	コーンフレーク	▲		▲				
マーガリン	マーガリン					●		
ジャム	イチゴジャム							
	みかんジャム							
ふりかけ	かつお	●	●	●				
	ワカメ	●		●				
納豆	納豆	●						

アレルギー対応にて代替食をご希望の方は
団体名・ご利用日程・氏名・アレルゲン等を
お書きの上、当食堂へFAXをして下さい。
特定原材料等7品目以外のアレルゲンにおきましては
対応致しかねる場合がございますので、ご了承下さい。
尚、アレルギー症状が重度のお客様に対しましてはお料理のご提供は
できませんので、その場合はお食事のお持込をお願いする場合もあります。
当食堂までご連絡の上ご相談下さい。

NO.6

昼 食	原材料	アレルギー 特定原材料 7品目						
		小麦	卵	乳	そば	えび	かに	落花生
ビビンバ丼	もやし							
	人参							
	ぜんまい							
	胡瓜							
	青梗菜							
	ビビンバソース	●		●				
	煎りゴマ							
ナポリタン スパゲティ	スパゲティ	●						
	ウインナー							
	玉葱							
	ぶなしめじ							
	ミックスピーマン							
	ケチャップ							
	塩・胡椒							
豚肉の野菜巻き	豚肉の野菜巻き	●	●	●				
豚肉とにんにくの芽 中華炒め	豚肉							
	もやし							
	人参							
	にんにくの芽							
	塩・胡椒							
	上白糖							
	中華味							
豆腐揚げの 煮物	濃口醤油	●						
	豆腐揚げ	●						
	こんにゃく							
	絹さや							
	上白糖							
	顆粒かつおだし							
	濃口醤油	●						
切干大根とツナの 青じそドレ和え	みりん							
	切干大根							
	きゅうり							
	ライトツナフレーク							
	玉葱							
スープ	青じそドレッシング	●						
	人参							
	いんげん							
	中華味							
黒蜜 白玉	塩・胡椒							
	白玉							
	黒蜜							
	上白糖							
コールスロー	キャベツ							
	水菜							
	人参							
漬物	しば漬	●						
	つぼ漬							
ふりかけ	かつお	●	●	●				
	ワカメ	●		●				
ご飯	無洗米							
ドレッシング	イタリアンドレ							
	青じそドレ	●						
	フレンチドレ		●					

→胡麻含む(コンタミ含む)

NO.6

夕食	原材料	アレルギー 特定原材料 7品目						
		小麦	卵	乳	そば	えび	かに	落花生
豚かつ	豚かつ	●	●	●				
鶏肉といんげんの 塩炒め	鶏小間肉							
	いんげん							
	もやし							
	人参							
	玉葱							
	きくらげ							
	塩・胡椒							
	チキンだし	▲				▲		
中華がらだしの素								
ゴマ油								
焼き魚	焼き魚							
	塩							
	ナスの 煮物	ナス						
		絹さや						
上白糖								
昆布だし								
塩								
ごぼうサラダ	ごぼうサラダ	●	●	●				
ビーフカレー	牛肉							
	玉葱							
	人参							
	ジャガイモ							
	こくまろカレー	●						
味噌汁	麸	●						
	キャベツ							
	顆粒かつおだし							
	赤味噌							
フルーチェ	フルーチェ			●				
	牛乳			●				
コールスロー	キャベツ							
	水菜							
	人参							
漬物	福神漬け	●						
	らっきょう							
ふりかけ	かつお	●	●	●				
	ワカメ	●		●				
ご飯	無洗米							
ドレッシング	イタリアンドレ							
	青じそドレ	●						
	フレンチドレ		●					