

7大アレルゲン除去メニュー（小麦・乳・卵・そば・落花生・えび・かに）

区分	月曜日 (A)	火曜日 (B)	水曜日 (C)	木曜日 (D)	金曜日 (A)	土曜日 (B)	日曜日 (C)	
朝食	主食	白飯	白飯	白飯	白飯	白飯	白飯	
	汁物	味噌汁（ほうれん草・油揚げ）	味噌汁（玉葱・油揚げ）	味噌汁（小松菜・油揚げ）	すまし汁（豆腐・わかめ）	味噌汁（ほうれん草・油揚げ）	味噌汁（玉葱・油揚げ）	
	主菜	焼き魚（たら） 牛肉の塩炒め	焼き魚（さば） 鶏肉の味噌炒め	焼き魚（さけ） 豚肉のケチャップ炒め	焼き魚（ほっけ） 鶏肉の塩炒め	焼き魚（たら） 牛肉の塩炒め	焼き魚（さば） 鶏肉の味噌炒め	焼き魚（さけ） 豚肉のケチャップ炒め
	副菜	塩味納豆 塩味切干大根煮 ナムル風サラダ	塩味納豆 粉ふき芋磯辺風味 パッコヨサラダ	塩味納豆 ポテトとツナのトマト煮 もやしとわかめのツナサラダ	塩味納豆 南瓜の塩煮 パッコヨサラダ	塩味納豆 塩味切干大根煮 ナムル風サラダ	塩味納豆 粉ふき芋磯辺風味 パッコヨサラダ	塩味納豆 ポテトとツナのトマト煮 もやしとわかめのツナサラダ
	デザート	フルーツミックス	フルーツミックス	フルーツミックス	フルーツミックス	フルーツミックス	フルーツミックス	フルーツミックス
	飲み物	ジュース・緑茶	ジュース・緑茶	ジュース・緑茶	ジュース・緑茶	ジュース・緑茶	ジュース・緑茶	ジュース・緑茶
昼食	主食	そばろ丼	ドライカレー	ビビンバ丼（塩胡麻風味）	シーフードピラフ	そばろ丼	ドライカレー	
	汁物	塩味春雨スープ	ほうれん草と玉葱のスープ	塩味春雨スープ	わかめとコーンのスープ	塩味春雨スープ	ほうれん草と玉葱のスープ	
	主菜	肉野菜炒め	ポークソテー	豚肉スタミナ焼き	ポークソテーケチャップ風味	肉野菜炒め	ポークソテー	豚肉スタミナ焼き
	副菜	ツナじゃが チョレギサラダ風	南瓜の煮物 コールスローツナサラダ	じゃがいものあんかけ パッコヨサラダ	南瓜の煮物 コールスローツナサラダ	ツナじゃが チョレギサラダ風	南瓜の煮物 コールスローツナサラダ	じゃがいものあんかけ パッコヨサラダ
	デザート	果物（オレンジ）	果物（グレープフルーツ）	果物（オレンジ）	果物（グレープフルーツ）	果物（オレンジ）	果物（グレープフルーツ）	果物（オレンジ）
	飲み物	ジュース・緑茶	ジュース・緑茶	ジュース・緑茶	ジュース・緑茶	ジュース・緑茶	ジュース・緑茶	ジュース・緑茶
夕食	主食	白飯	白飯	白飯	白飯	白飯	白飯	
	汁物	すまし汁（葱・わかめ）	すまし汁（豆腐・わかめ）	すまし汁（葱・わかめ）	すまし汁（豆腐・わかめ）	すまし汁（葱・わかめ）	すまし汁（豆腐・わかめ）	
	主菜	豚肉生姜焼き サーモンのホイル焼き	鶏肉照り焼き イカと野菜の炒めもの	豚肉のごま味噌焼き 鱈の中華ホイル蒸し	鶏肉照り焼き 鯖の竜田揚げ	豚肉生姜焼き サーモンのホイル焼き	鶏肉照り焼き イカと野菜の炒めもの	豚肉のごま味噌焼き 鱈の中華ホイル蒸し
	副菜	かぼちゃの生姜あんかけ フライドポテト もやしツナサラダ	塩味肉じゃが スパイシーポテト 大根ツナサラダ	里芋のカレーあんかけ ガーリックポテト もやしとわかめのナムル	塩味肉じゃが スパイシーポテト 大根ツナサラダ	かぼちゃの生姜あんかけ フライドポテト もやしツナサラダ	塩味肉じゃが スパイシーポテト 大根ツナサラダ	里芋のカレーあんかけ ガーリックポテト もやしとわかめのナムル
	デザート	蒟蒻グレープフルーツゼリー	蒟蒻オレンジゼリー	蒟蒻ぶどうゼリー	蒟蒻オレンジゼリー	蒟蒻グレープフルーツゼリー	蒟蒻オレンジゼリー	蒟蒻ぶどうゼリー
	飲み物	ジュース・緑茶	ジュース・緑茶	ジュース・緑茶	ジュース・緑茶	ジュース・緑茶	ジュース・緑茶	ジュース・緑茶

厳守！使用不可調味料

- ①醤油
- ②和風だし
- ③コンソメ
- ④酢
- ⑤酒
- ⑥みりん
- ⑦マヨネーズ
- ⑧バター・マーガリン
- ⑨小麦粉
- ⑩ゼラチン

※備考

- ・和風だしは、昆布とかつお節から混合だしを作ること。
- ・8703中華味 顆粒 は使用可（2012年2月29日現在）
- ・竜田揚げは、片栗粉のみ使用。
- ・ドレッシングは、使用可能なものを随時選択する。