食堂バイキングメニュー　アレルギー表（2023年9月～2023年11月）

A

	日付	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
	9/1.6.11.16.21.26. 10/1.6.11.16.21.26.31. 11/5.10.15.20.25.30.	アレルゲン								
朝食	ご飯									
	ロールパン	●	●	●						●
	食パン	●		●						
	牛乳			●						
	たまごふりかけ	●	●	●						●
	鮭ふりかけ	●	●	●						●
	ジャム									
	マーガリン									
	味噌汁									●
	コンソメスープ	●								●
	納豆	●								●
	★さばのみそ焼き									●
	わかめときゅうりの酢の物	●								●
	しめじの煮びたし	●								●
	マカロニサラダ	●	●							●
	生野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	※オレンジ									
	麦茶									
		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
昼食	秋野菜カレー	●		●						●
	★千葉県産キャロットピラフ									●
	冷やしうどん	●								●
	和風スープ	●								●
	チャプチェ	●								●
	揚げしゅうまい	●		●						●
	★千葉県産大豆を使った豆腐と豆苗のサラダ	●								●
	生野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	オレンジゼリー									
	麦茶									
		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
夕食	ご飯									
	味噌汁									●
	たまごふりかけ	●	●	●						●
	鮭ふりかけ	●	●	●						●
	★きのこのペペロンチーノ	●								●
	照り焼きソースミートボール	●		●						●
	ジャーマンポテト	●								●
	かぼちゃコロッケ	●		●						●
	高野豆腐の煮物	●								●
	★根菜のみそ煮	●								●
	★もやしの塩麹和え									
	野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	オレンジ									
	ぶどうゼリー									
	麦茶									

B

	日付	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
	9/2.7.12.17.22.27. 10/2.7.12.17.22.27. 11/1.6.11.16.21.26.	アレルゲン								
朝食	ご飯									
	ロールパン	●	●	●						●
	食パン	●		●						
	牛乳			●						
	たまごふりかけ	●	●	●						●
	鮭ふりかけ	●	●	●						●
	ジャム									
	マーガリン									
	味噌汁									●
	コンソメスープ	●								●
	納豆	●								●
	白身魚のイタリアンハーブ焼き	●	●							●
	焼きポテト									
	もやしのごま和え	●								●
	切干大根のサラダ	●								●
	生野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	※オレンジ									
	麦茶									
		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
昼食	挽肉カレー	●		●						●
	ほくほくさつまいもごはん	●								●
	塩ラーメン	●								
	豆苗スープ									
	麻婆なす	●								●
	野菜コロッケ	●		●						●
	里芋サラダ	●	●							●
	生野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	ピーチゼリー									
	麦茶									
		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
夕食	ご飯									
	味噌汁									●
	たまごふりかけ	●	●	●						●
	鮭ふりかけ	●	●	●						●
	★千葉県産ほうれん草のクリームパスタ	●		●						●
	鶏肉となすの黒酢あんかけ	●								●
	野菜のチーズ焼き	●	●	●						●
	あじの大葉フライ	●								●
	ひじきの旨煮	●								●
	かぼちゃそぼろ煮	●								●
	★みそこんにゃく									
	野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	オレンジ									
	青りんごゼリー									
	麦茶									

C

	日付	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
	9/3.8.13.18.23.28. 10/3.8.13.18.23.28. 11/2.7.12.17.22.27.	アレルゲン								
朝食	ご飯									
	ロールパン	●	●	●						●
	食パン	●		●						
	牛乳			●						
	たまごふりかけ	●	●	●						●
	鮭ふりかけ	●	●	●						●
	ジャム									
	マーガリン									
	味噌汁									●
	コンソメスープ	●								●
	納豆	●								●
	さばの塩焼き									
	ウィンナー			●						
	三色ナムル	●								●
	スパゲッティサラダ	●	●							●
	生野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	※オレンジ									
	麦茶									
		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
昼食	ハヤシポーク	●		●						●
	韓国風ビビンバ飯	●								●
	わかめうどん	●								
	はるさめスープ									
	蒸し鶏のニラダレかけ	●								●
	揚げぎょうざ	●								●
	キャベツとひじきのサラダ	●	●							●
	生野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	パインゼリー									
	麦茶									
		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
夕食	ご飯									
	味噌汁									●
	たまごふりかけ	●	●	●						●
	鮭ふりかけ	●	●	●						●
	焼きビーフン									●
	蒸ししゅうまい	●		●						●
	★千葉県産ほうれん草グラタン	●		●						●
	★銚子産さばフライ	●								●
	筑前煮	●								●
	切干大根の煮物	●								●
	★ブロッコリーの塩麹和え									
	野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	オレンジ									
	いちごゼリー									
	麦茶									

D

	日付	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
	9/4.9.14.19.24.29. 10/4.9.14.19.24.29. 11/3.8.13.18.23.28.	アレルゲン								
朝食	ご飯									
	ロールパン	●	●	●						●
	食パン	●		●						
	牛乳			●						
	たまごふりかけ	●	●	●						●
	鮭ふりかけ	●	●	●						●
	ジャム									
	マーガリン									
	味噌汁									●
	コンソメスープ	●								●
	納豆	●								●
	★千葉県産いわしの香草パン粉焼き	●								●
	手作り豆腐									●
	こまつなの煮びたし	●								●
	マカロニサラダ	●	●							●
	生野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	※オレンジ									
	麦茶									
		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
昼食	★千葉県産ほうれん草カレー	●		●						●
	わかめごはん									
	さわやか冷やしラーメン	●								
	野菜スープ	●								●
	豚肉とごぼうのコチュジャン炒め	●								●
	カレーコロッケ	●		●						●
	はるさめサラダ	●								●
	生野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	グレープフルーツゼリー									
	麦茶									
		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
夕食	ご飯									
	味噌汁									●
	たまごふりかけ	●	●	●						●
	鮭ふりかけ	●	●	●						●
	ペンネのカルボナーラソース	●	●	●						●
	肉団子の酢豚風	●		●						●
	★なすとキャベツの大豆ミートみそ炒め									●
	れんこん肉詰めフライ	●	●							●
	かぼちゃの煮物	●								●
	きんぴらごぼう	●								●
	★みそこんにゃく									●
	野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	オレンジ									
	ぶどうゼリー									
	麦茶									

E

	日付	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
	9/5.10.15.20.25.30. 10/5.10.15.20.25.30. 11/4.9.14.19.24.29.	アレルゲン								
朝食	ご飯									
	ロールパン	●	●	●						●
	食パン	●		●						
	牛乳			●						
	たまごふりかけ	●	●	●						●
	鮭ふりかけ	●	●	●						●
	ジャム									
	マーガリン									
	味噌汁									●
	コンソメスープ	●								●
	納豆	●								●
	さばの黒ごま焼き	●								●
	卵とキャベツ大豆ミートマヨネーズ和え	●	●							●
	★千葉県産ほうれん草のバターしょうゆ和え	●	●	●						●
	ペンネのサラダ	●	●							●
	生野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	※オレンジ									
	麦茶									
		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
昼食	チキンカレー	●		●						●
	豚肉の生姜焼き飯	●								●
	たぬきうどん	●								●
	中華スープ									●
	★千葉県産大豆を使った麻婆豆腐	●								●
	春巻き	●					●			●
	かぼちゃサラダ	●	●							●
	生野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	ピーチゼリー									
	麦茶									
		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
夕食	ご飯									
	味噌汁									●
	たまごふりかけ	●	●	●						●
	鮭ふりかけ	●	●	●						●
	台湾風焼きそば	●								●
	★きのこソースハンバーグ	●		●						●
	ポトフ	●	●	●						●
	いわしの磯辺フライ	●								●
	なすの煮びたし	●								●
	秋野菜といわしつみれの甘辛煮	●								●
	★もやしの塩麹和え									
	野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	オレンジ									
	マンゴーゼリー									
	麦茶									

※アレルギー表示が義務付けられている8品目（小麦、卵、乳、落花生、そば、エビ、カニ、くるみ）と、表示が推奨されている20品目のうち大豆を表示しています。
※揚げ油は定期的に交換していますが、何回か使用しています。
※仕入れの都合により内容が一部変更になることがあります。
※★マークは、千葉県産の食材を使っています。
※グレープフルーツは、入荷が困難なため10月24日からオレンジに変更になります。