食堂バイキングメニュー　アレルギー表（2025年6月～2025年8月）

A

	日付 6/4.9.14.19.24.29. 7/4.9.14.19.24.29. 8/3.8.13.18.23.28.	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
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	●								●
	ウィンナー			●						
	焼きポテト									
	もやしのごま和え	●								●
	ペンネのサラダ	●	●							●
	生野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	グレープフルーツ									
	麦茶									
		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
昼食	大豆ミートカレー	●		●						●
	ねぎ塩豚飯									
	昔長柄のしょうゆラーメン	●								●
	はるさめスープ									●
	揚げぎょうざ	●								●
	麻婆なす	●								●
	アボカドわさび和風ポテトサラダ	●	●							●
	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	●	●	●						●
	冷製トマトスパゲッティ	●								●
	蒸ししゅうまい	●		●						●
	とろっとなすの生姜焼き	●								●
	コーンコロッケ	●		●						●
	ごぼうとこんにゃくのおかか煮	●								●
	切干大根の煮物	●								●
	★もやしの塩麹和え									
	野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	グレープフルーツ									
	マンゴーゼリー									
	麦茶									

B

	日付 6/5.10.15.20.25.30. 7/5.10.15.20.25.30. 8/4.9.14.19.24.29.	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
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	●								●
	白身魚のムニエル白いわさびソースかけ	●	●	●						●
	スクランブルエッグ		●							●
	ひじきの煮物	●								●
	三色ナムル	●								●
	生野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	グレープフルーツ									
	麦茶									
		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
昼食	ポークカレー	●		●						●
	★千葉県産キャロットピラフ									●
	冷やしうどん	●								●
	和風スープ	●								●
	カレーコロッケ	●		●						●
	蒸し鶏のニラダレかけ	●								●
	ごぼうサラダ	●	●	●						●
	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	●	●	●						●
	トマトクリームペンネ	●	●	●			●			●
	鶏もも肉のレモンバジルソテー	●								●
	野菜のチーズ焼き		●	●						●
	あじ大葉フライ	●								●
	味がしみた冬瓜のコンソメ煮	●								●
	オクラのおかか和え	●								●
	★みそこんにゃく									
	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									

C

	日付 6/1.6.11.16.21.26. 7/1.6.11.16.21.26.31. 8/5.10.15.20.25.30.	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
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	●								●
	★さばの長柄みそ煮									●
	ふわふわオムレツ		●							●
	小松菜の煮びたし	●								●
	スパゲッティサラダ	●	●							●
	生野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	グレープフルーツ									
	麦茶									
		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
昼食	夏野菜カレー	●		●						●
	プルコギ飯	●								●
	わかめうどん	●								●
	中華スープ									●
	揚げしゅうまい	●		●						●
	大豆ミート入り麻婆はるさめ	●								●
	豆腐とアボカドのおかか和え	●								●
	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	●	●	●						●
	香りそそるにんにくしょうゆ焼きそば	●								●
	照り焼きソースミートボール	●		●						●
	あじのさっぱり南蛮漬け	●								●
	いわしの磯辺フライ	●								●
	なすの煮びたし	●								●
	高野豆腐の煮物	●								●
	★ブロッコリーの塩麹和え									●
	野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	グレープフルーツ									
	青りんごゼリー									
	麦茶									

D

	日付 6/2.7.12.17.22.27. 7/2.7.12.17.22.27. 8/1.6.11.16.21.26.31.	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
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	●								●
	ウィンナー			●						
	焼きポテト									
	オクラのごま和え	●								●
	切干大根のサラダ	●								●
	生野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	グレープフルーツ									
	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	●		●						●
	韓国風ビビンバ飯	●								●
	さわやかレモン冷やしラーメン	●		●						●
	わかめスープ									●
	野菜コロッケ	●		●						●
	★千葉県産大豆を使った麻婆豆腐	●								●
	はるさめサラダ	●								●
	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	●	●	●						●
	ペペロンチーノ	●		●						●
	夏野菜トマトソースハンバーグ	●		●						●
	なすとキャベツ大豆ミートみそ炒め									●
	★銚子産さばフライ	●								●
	バンバンジー	●	●	●						●
	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									
	マンゴーゼリー									
	麦茶									

E

	日付 6/3.8.13.18.23.28. 7/3.8.13.18.23.28. 8/2.7.12.17.22.27.	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
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	●								●
	スクランブルエッグ		●							●
	ひじきの煮物	●								●
	マカロニサラダ	●	●							●
	生野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	グレープフルーツ									
	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	●		●						●
	わかめごはん									
	冷やしうどん	●								●
	野菜スープ	●								●
	春巻き	●					●			●
	なすと豚肉のコチュジャン炒め	●		●						●
	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	●								●
	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	●	●	●						●
	夏野菜コンソメパスタ	●								●
	肉団子とはるさめの中華煮	●		●						●
	レモンガーリックの肉野菜蒸し	●								●
	三陸産茎わかめカツ	●								●
	筑前煮	●								●
	冬瓜のそぼろ煮	●								●
	★もやしの塩麹和え									
	野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●
	グレープフルーツ									
	ぶどうゼリー									
	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。