食堂バイキングメニュー アレルギー表（2026年12月～2027年2月）

		A										B										C										D										E									
		アレルゲン										アレルゲン										アレルゲン										アレルゲン										アレルゲン									
日付		12/2.7.12.17.22.27. 1/7.12.17.22.27. 2/1.6.11.16.21.26.	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆	12/3.8.13.18.23.28. 1/8.13.18.23.28. 2/2.7.12.17.22.27.	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆	12/4.9.14.19.24. 1/4.9.14.19.24.29. 2/3.8.13.18.23.28.	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆	12/5.10.15.20.25. 1/5.10.15.20.25.30. 2/4.9.14.19.24.	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆	12/1.6.11.16.21.26. 1/6.11.16.21.26.31. 2/5.10.15.20.25.	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
朝食	ご飯											ご飯										ご飯										ご飯										ご飯									
	ロールパン	●	●	●						●		ロールパン	●	●	●						●	ロールパン	●	●	●						●	ロールパン	●	●	●						●	ロールパン	●	●	●						●
	食パン	●		●								食パン	●		●							食パン	●		●							食パン	●		●							食パン	●		●						
	牛乳			●								牛乳			●							牛乳			●							牛乳			●							牛乳			●						
	たまごふりかけ	●	●	●						●		たまごふりかけ	●	●	●						●	たまごふりかけ	●	●	●						●	たまごふりかけ	●	●	●						●	たまごふりかけ	●	●	●						●
	鮭ふりかけ	●	●	●						●		鮭ふりかけ	●	●	●						●	鮭ふりかけ	●	●	●						●	鮭ふりかけ	●	●	●						●	鮭ふりかけ	●	●	●						●
	ジャム											ジャム										ジャム										ジャム										ジャム									
	マーガリン											マーガリン										マーガリン										マーガリン										マーガリン									
	味噌汁									●		味噌汁									●	味噌汁									●	味噌汁									●	味噌汁									●
	コンソメスープ	●								●		コンソメスープ	●								●	コンソメスープ	●								●	コンソメスープ	●								●	コンソメスープ	●								●
	納豆	●								●		納豆	●								●	納豆	●								●	納豆	●								●	納豆	●								●
	ウィンナー			●								★千葉県産いわしの長柄みそ煮									●	白身魚のマヨネーズ焼き		●							●	ウィンナー			●							★千葉県産いわしの甘辛生姜仕立て	●								●
	焼きじゃが											スクランブルエッグ		●							●	厚焼玉子	●	●							●	スクランブルエッグ		●							●	ふわふわオムレツ		●							●
	白菜のごま和え	●								●		ひじきの煮物	●								●	小松菜のおかか和え	●								●	もやしのごま和え	●								●	ひじきの煮物	●								●
	スパゲッティサラダ	●	●							●		ペンネのサラダ	●	●							●	切干大根のサラダ	●								●	マカロニサラダ	●	●							●	三色ナムル	●								●
	生野菜サラダ											生野菜サラダ										生野菜サラダ										生野菜サラダ										生野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●		和風ドレッシング	●								●	和風ドレッシング	●								●	和風ドレッシング	●								●	和風ドレッシング	●								●
	グレープフルーツ											グレープフルーツ										グレープフルーツ										グレープフルーツ										グレープフルーツ									
	麦茶											麦茶										麦茶										麦茶										麦茶									
		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆		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	●		●						●		大豆ミートカレー	●		●						●	★和風だしカレー	●		●						●	挽肉カレー	●		●						●	きのこの旨味たっぷりハヤシライス	●		●						●
	シャキッと野沢菜のおかかご飯	●								●		わかめごはん										豚キムチ飯	●								●	★千葉県産キャロットピラフ									●	韓国風ビビンバ飯	●								●
	昔長柄のしょうゆラーメン	●								●		たぬきうどん	●								●	★ピリッと旨辛！濃厚担々ラーメン	●		●						●	わかめうどん	●								●	★にぼしラーメン	●								●
	キムチスープ	●								●		はるさめスープ									●	野菜スープ	●								●	豆苗スープ										わかめスープ									●
	野菜コロッケ	●		●						●		揚げぎょうざ	●								●	カレーコロッケ	●		●						●	揚げしゅうまい	●		●						●	春巻き	●						●		●
	豚肉とごぼうのコチュジャン炒め	●								●		麻婆豆腐	●								●	野沢菜と豚肉のはるさめ煮	●								●	じゃが芋とキムチのマヨ和え	●	●							●	大豆ミート入り麻婆はるさめ	●								●
	豆腐と蒸し鶏のサラダ	●								●		里芋サラダ	●	●							●	ポテトとカリフラワーのチーズ焼き		●	●						●	はるさめサラダ	●								●	かぼちゃサラダ		●							●
	生野菜サラダ											生野菜サラダ										生野菜サラダ										生野菜サラダ										生野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●		和風ドレッシング	●								●	和風ドレッシング	●								●	和風ドレッシング	●								●	和風ドレッシング	●								●
	ピーチゼリー											グレープフルーツゼリー										オレンジゼリー										パインゼリー										グレープフルーツゼリー									
	麦茶											麦茶										麦茶										麦茶										麦茶									
		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆		小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
夕食	ご飯											ご飯										ご飯										ご飯										ご飯									
	味噌汁									●		味噌汁									●	味噌汁									●	味噌汁									●	味噌汁									●
	たまごふりかけ	●	●	●						●		たまごふりかけ	●	●	●						●	たまごふりかけ	●	●	●						●	たまごふりかけ	●	●	●						●	たまごふりかけ	●	●	●						●
	鮭ふりかけ	●	●	●						●		鮭ふりかけ	●	●	●						●	鮭ふりかけ	●	●	●						●	鮭ふりかけ	●	●	●						●	鮭ふりかけ	●	●	●						●
	ペンネのカルボナーラソース	●	●	●						●		ソース焼きそば	●								●	キノコのデミソースペンネ	●		●						●	白菜のクリームパスタ	●		●						●	キノコのペペロンチーノ	●								●
	脂が乗ったシマホッケの塩焼き											蒸ししゅうまい	●		●						●	肉団子とはるさめの中華煮	●		●						●	キノコのニンニクバターしょうゆハンバーグ	●		●						●	照り焼きソースミートボール	●		●						●
	とろとろ食感自家製豆腐キノコあんかけ	●								●		ロールキャベツ	●								●	カリフラワーのまろやかクリーム煮込み	●		●						●	ポトフ	●								●	野菜のチーズ焼き		●	●						●
	かぼちゃコロッケ	●		●						●		あじの大葉フライ	●								●	いわし磯辺フライ	●								●	子持ちシシャモフライ	●								●	コーンと大豆のメンチカツ									●
	大根と里芋のそぼろ煮	●								●		筑前煮	●								●	★白菜ともやしの塩麹煮										ごぼうとこんにゃくのおかか煮	●								●	肉じゃが	●								●
	切干大根の煮物	●								●		かぼちゃの煮物	●								●	きんぴらごぼう	●								●	高野豆腐の煮物	●								●	かぼちゃのそぼろ煮	●								●
	★みそこんにゃく									●		★もやしの塩麹和え									●	★ふろふき大根									●	★もやしの塩麹和え									●	★みそこんにゃく									●
	野菜サラダ											野菜サラダ										野菜サラダ										野菜サラダ										野菜サラダ									
	和風ドレッシング	●								●		和風ドレッシング	●								●	和風ドレッシング	●								●	和風ドレッシング	●								●	和風ドレッシング	●								●
	グレープフルーツ											オレンジ										グレープフルーツ										オレンジ										グレープフルーツ									
	いちごゼリー											ぶどうゼリー										青りんごゼリー										いちごゼリー										マンゴーゼリー									
	麦茶											麦茶										麦茶										麦茶										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。