食堂バイキングメニュー　アレルギー表（2024年3月～2024年5月）

	A										B										C									
		アレルゲン										アレルゲン										アレルゲン								
日付	3/5.10.15.20.25.30. 4/4.9.14.19.24.29. 5/4.9.14.19.24.29.	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆	3/1.6.11.16.21.26.31. 4/5.10.15.20.25.30. 5/5.10.15.20.25.30.	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆	3/2.7.12.17.22.27. 4/1.6.11.16.21.26. 5/1.6.11.16.21.26.31.	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
朝食	ご飯										ご飯										ご飯									
	ロールパン	●	●	●						●	ロールパン	●	●	●						●	ロールパン	●	●	●						●
	食パン	●		●							食パン	●		●							食パン	●		●						
	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	●	●	●						●
	鮭ふりかけ	●	●	●						●	鮭ふりかけ	●	●	●						●	鮭ふりかけ	●	●	●						●
	ジャム										ジャム										ジャム									
	マーガリン										マーガリン										マーガリン									
	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	●								●
	納豆	●								●	納豆	●								●	納豆	●								●
	ウィンナー			●							さばの黒ごま漬け焼き	●								●	★千葉県産いわし梅長柄みそ漬け焼き									●
	スクランブルエッグ		●							●	焼きポテト										ふわふわオムレツ		●							●
	もやしのごま和え	●								●	赤しそ切干大根なます									●	菜の花のごま和え	●								●
	スパゲッティサラダ	●	●							●	三色ナムル	●								●	マカロニサラダ	●	●							●
	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	●								●
	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									
昼食		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
	大豆ミートカレー	●		●						●	★千葉県産ほうれん草カレー	●		●						●	ハヤシポーク	●		●						●
	だし香るたけのこごはん	●								●	山の幸山菜ごはん	●								●	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	●								●	春満さい塩ラーメン	●								
	和風スープ	●								●	わかめスープ									●	中華スープ									●
	★千葉県産大豆を使った麻婆豆腐	●								●	豚肉とごぼうのコチュジャン炒め	●								●	蒸し鶏のニラダレかけ	●								●
	春巻き	●					●			●	揚げぎょうざ	●								●	キャベツメンチカツ	●	●	●						●
	春のおもてなしサラダ	●	●							●	はるさめサラダ	●								●	ポテトサラダ	●	●							●
	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	●								●
	グレープフルーツゼリー										オレンジゼリー										ピーチゼリー									
	麦茶										麦茶										麦茶									
夕食		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
	ご飯										ご飯										ご飯									
	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	●	●	●						●
	鮭ふりかけ	●	●	●						●	鮭ふりかけ	●	●	●						●	鮭ふりかけ	●	●	●						●
	菜の花のペペロンチーノ	●								●	焼きビーフン									●	あんかけ焼きそば	●								●
	照り焼きソースミートボール	●		●						●	蒸ししゅうまい	●		●						●	和風オニオンソースハンバーグ	●		●						●
	★千葉県産ほうれん草グラタン	●		●						●	ロールキャベツ	●								●	野菜のチーズ焼き	●	●	●						●
	初ガツオカツ	●								●	★銚子産さばフライ	●								●	鶏の梅しそ巻き	●								●
	ひじきの旨煮	●								●	★春キャベツと千葉県産大豆を使った豆腐の煮物	●								●	高野豆腐の煮物	●								●
	山菜ともやしのしょうゆマヨ和え	●	●							●	たけのこの土佐煮	●								●	山菜の煮びたし	●								●
	★みそこんにゃく									●	★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									
	和風ドレッシング	●								●	和風ドレッシング	●								●	和風ドレッシング	●								●
	オレンジ										グレープフルーツ										オレンジ									
	ぶどうゼリー										いちごゼリー										マンゴーゼリー									
	麦茶										麦茶										麦茶									

	D										E									
		アレルゲン										アレルゲン								
日付	3/3.8.13.18.23.28. 4/2.7.12.17.22.27. 5/2.7.12.17.22.27.	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆	3/4.9.14.19.24.29. 4/3.8.13.18.23.28. 5/3.8.13.18.23.28.	小麦	卵	乳	落花生	そば	エビ	カニ	くるみ	大豆
朝食	ご飯										ご飯									
	ロールパン	●	●	●						●	ロールパン	●	●	●						●
	食パン	●		●							食パン	●		●						
	牛乳			●							牛乳			●						
	たまごふりかけ	●	●	●						●	たまごふりかけ	●	●	●						●
	鮭ふりかけ	●	●	●						●	鮭ふりかけ	●	●	●						●
	ジャム										ジャム									
	マーガリン										マーガリン									
	味噌汁									●	味噌汁									●
	コンソメスープ	●								●	コンソメスープ	●								●
	納豆	●								●	納豆	●								●
	ウィンナー			●							白身魚の香草パン粉焼き	●								●
	卵とキャベツ大豆ミートマヨネーズ和え	●	●							●	焼きポテト									
	★千葉県産ほうれん草のバターしょうゆ和え	●	●	●						●	春キャベツの甘酢漬け									
	スパゲッティサラダ	●	●							●	ペンネのサラダ	●	●							●
	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	●								●
	麦茶										麦茶									
昼食		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
	黒豚入り挽肉カレー	●		●						●	チキンカレー	●		●						●
	わかめごはん										★千葉県産キャロットピラフ									●
	冷やしうどん	●								●	わかめうどん	●								●
	野菜スープ	●								●	豆苗スープ									
	麻婆はるさめ	●								●	チャプチェ	●								●
	揚げしゅうまい	●		●						●	野菜コロッケ	●		●						●
	★千葉県産大豆を使った豆腐と豆苗のサラダ	●								●	芽キャベツとブロッコリー梅おかか和え	●								●
	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	●								●
	グレープフルーツゼリー										パインゼリー									
	麦茶										麦茶									
夕食		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
	ご飯										ご飯									
	味噌汁									●	味噌汁									●
	たまごふりかけ	●	●	●						●	たまごふりかけ	●	●	●						●
	鮭ふりかけ	●	●	●						●	鮭ふりかけ	●	●	●						●
	春キャベツのクリームパスタ	●		●						●	ペンネのカルボナーラソース	●	●	●						●
	ゴロゴロ鶏肉の梅しそマヨ焼き	●	●							●	肉団子とはるさめの中華煮	●		●						●
	芽キャベツと新じゃがのからし和え	●	●	●						●	水ぎょうざ	●								●
	いわしの磯辺フライ	●								●	あじのさっぱり南蛮漬け	●								●
	筑前煮	●								●	切干大根の煮物	●								●
	きんぴらごぼう	●								●	たけのことじゃがいものそぼろあんかけ	●								●
	★もやしの塩麹和え									●	★ブロッコリーの塩麹和え									
	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	●								●
	グレープフルーツ										オレンジ									
	青りんごゼリー										いちごゼリー									
	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。