

まごころ御膳_栄養成分表（5日間）

日付	献立	栄養成分							
12/29(月)	白飯	熱量	522 kcal	炭水化物	69.0 g	カリウム	311 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	81 µg
	チキンカツ ※ソース小袋付	たんぱく質	14.4 g	糖質	66.3 g	カルシウム	6 mg	ビタミンB1	0.16 mg
	キャベツとウインナーのトマトソース	脂質	21.2 g	食物繊維	2.7 g	リン	162 mg	ビタミンB2	0.09 mg
	カリフラワーとツナのサラダ	-	-	食塩相当量	1.6 g	鉄	1.2 mg	ビタミンC	23 mg
	人参と薄揚げの金平	-	-	-	-	-	-	-	-
12/30(火)	香りご飯(青じそ)	熱量	459 kcal	炭水化物	65.9 g	カリウム	436 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	136 µg
	サバの塩焼き	たんぱく質	16.4 g	糖質	62.9 g	カルシウム	34 mg	ビタミンB1	0.20 mg
	なすのそぼろあん	脂質	15.1 g	食物繊維	3.0 g	リン	218 mg	ビタミンB2	0.23 mg
	ほうれん草と白菜の黒ごま和え	-	-	食塩相当量	2.3 g	鉄	1.9 mg	ビタミンC	19 mg
	キャベツと高菜の炒め物	-	-	-	-	-	-	-	-
12/31(水)	年末休業								
1/1(木)	元旦								
1/2(金)	年始休業								

* のどに詰まらせないように、よく噛んでお召し上がりください。
* 食材に骨や硬い部分などが残っている場合がありますので、ご注意ください。

- * 都合によりメニューを変更させていただくことがあります。
- * 栄養成分値は献立作成時の計算値であり、食材・調理状況により差異が生じる場合があります。目安の数値としてお考えください。
- * 肉類・魚介類・卵などの食材や別添の小袋は電子レンジの加熱時間により破裂の恐れがありますので、ご注意ください。
- * 食事療法をされている方は、事前に医療機関にてご相談ください。
- * アレルギー物質表記は、別紙にてご用意しております。ご希望の方は、「まごころスタッフ」にお申し付けください。

まごころおかず_栄養成分表（5日間）

日付	献立	栄養成分							
12/29(月)	牛肉と野菜の五目炒め	熱量	368 kcal	炭水化物	28.0 g	カリウム	680 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	175 μg
	さつまいもと蒸し鶏のオリーブオイル風味	たんぱく質	13.8 g	糖質	21.8 g	カルシウム	99 mg	ビタミンB1	0.14 mg
	切干大根と高菜の炒り煮	脂質	22.4 g	食物繊維	6.3 g	リン	184 mg	ビタミンB2	0.19 mg
	豆とオクラの和風ひじきサラダ	-	-	食塩相当量	2.7 g	鉄	2.3 mg	ビタミンC	32 mg
	チンゲン菜と薄揚げの和え物	-	-	-	-	-	-	-	-
12/30(火)	タンドリーチキン風	熱量	448 kcal	炭水化物	25.9 g	カリウム	576 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	99 μg
	野菜コロッケ	たんぱく質	21.0 g	糖質	21.9 g	カルシウム	49 mg	ビタミンB1	0.18 mg
	こうや豆腐の湯葉あんかけ	脂質	29.7 g	食物繊維	4.0 g	リン	267 mg	ビタミンB2	0.18 mg
	ごぼうとベーコンのマヨサラダ	-	-	食塩相当量	2.3 g	鉄	1.8 mg	ビタミンC	32 mg
	わかめとねぎのナムル	-	-	-	-	-	-	-	-
12/31(水)	年末休業								
1/1(木)	元旦								
1/2(金)	年始休業								

* のどに詰まらせないように、よく噛んでお召し上がりください。
* 食材に骨や硬い部分などが残っている場合がありますので、ご注意ください。

- * 都合によりメニューを変更させていただくことがあります。
- * 栄養成分値は献立作成時の計算値であり、食材・調理状況により差異が生じる場合があります。目安の数値としてお考えください。
- * 肉類・魚介類・卵などの食材や別添の小袋は電子レンジの加熱時間により破裂の恐れがありますので、ご注意ください。
- * 食事療法をされている方は、事前に医療機関にてご相談ください。
- * アレルギー物質表記は、別紙にてご用意しております。ご希望の方は、「まごころスタッフ」にお申し付けください。

まごころダブル_栄養成分表（5日間）

日付	献立	栄養成分							
12/29(月)	牛肉と野菜の五目炒め	熱量	541 kcal	炭水化物	34.0 g	カリウム	839 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	160 μg
	ブリの揚げ煮	たんぱく質	19.4 g	糖質	28.3 g	カルシウム	93 mg	ビタミンB1	0.21 mg
	切干大根と高菜の炒り煮	脂質	35.8 g	食物繊維	5.7 g	リン	221 mg	ビタミンB2	0.26 mg
	豆とオクラの和風ひじきサラダ	-	-	食塩相当量	3.5 g	鉄	2.7 mg	ビタミンC	20 mg
	チンゲン菜と薄揚げの和え物	-	-	-	-	-	-	-	-
12/30(火)	有機さく芋入り野菜コロッケ & イカカツ ※ソース小袋付	熱量	561 kcal	炭水化物	36.6 g	カリウム	685 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	101 μg
	タンドリーチキン風	たんぱく質	25.9 g	糖質	30.9 g	カルシウム	58 mg	ビタミンB1	0.22 mg
	こうや豆腐の湯葉あんかけ	脂質	35.6 g	食物繊維	5.7 g	リン	335 mg	ビタミンB2	0.19 mg
	ごぼうとベーコンのマヨサラダ	-	-	食塩相当量	3.0 g	鉄	2.1 mg	ビタミンC	31 mg
	わかめとねぎのナムル	-	-	-	-	-	-	-	-
12/31(水)	年末休業								
1/1(木)	元旦								
1/2(金)	年始休業								

* のどに詰まらせないように、よく噛んでお召し上がりください。
* 食材に骨や硬い部分などが残っている場合がありますので、ご注意ください。

- * 都合によりメニューを変更させていただくことがあります。
- * 栄養成分値は献立作成時の計算値であり、食材・調理状況により差異が生じる場合があります。目安の数値としてお考えください。
- * 肉類・魚介類・卵などの食材や別添の小袋は電子レンジの加熱時間により破裂の恐れがありますので、ご注意ください。
- * 食事療法をされている方は、事前に医療機関にてご相談ください。
- * アレルギー物質表記は、別紙にてご用意しております。ご希望の方は、「まごころスタッフ」にお申し付けください。

まごころ小箱_栄養成分表（5日間）

日付	献立	栄養成分							
12/29(月)	白飯	熱量	385 kcal	炭水化物	52.4 g	カリウム	189 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	7 μg
	チキンカツ ※ソース小袋付	たんぱく質	11.9 g	糖質	50.7 g	カルシウム	30 mg	ビタミンB1	0.11 mg
	キャベツとウインナーのトマトソース	脂質	14.3 g	食物繊維	1.8 g	リン	144 mg	ビタミンB2	0.07 mg
	カリフラワーとツナのサラダ	-	-	食塩相当量	1.5 g	鉄	1.0 mg	ビタミンC	18 mg
	人参と薄揚げの煮物	-	-	-	-	-	-	-	-
12/30(火)	白飯	熱量	321 kcal	炭水化物	46.5 g	カリウム	289 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	209 μg
	サバの塩焼き	たんぱく質	10.6 g	糖質	43.7 g	カルシウム	54 mg	ビタミンB1	0.15 mg
	ひじきと枝豆の炒り豆腐風	脂質	10.8 g	食物繊維	2.8 g	リン	154 mg	ビタミンB2	0.17 mg
	ほうれん草と白菜の黒ごま和え	-	-	食塩相当量	1.3 g	鉄	1.7 mg	ビタミンC	19 mg
	キャベツと高菜の炒め物	-	-	-	-	-	-	-	-
12/31(水)	年末休業								
1/1(木)	元旦								
1/2(金)	年始休業								

* のどに詰まらせないように、よく噛んでお召し上がりください。
* 食材に骨や硬い部分などが残っている場合がありますので、ご注意ください。

- * 都合によりメニューを変更させていただくことがあります。
- * 栄養成分値は献立作成時の計算値であり、食材・調理状況により差異が生じる場合があります。目安の数値としてお考えください。
- * 肉類・魚介類・卵などの食材や別添の小袋は電子レンジの加熱時間により破裂の恐れがありますので、ご注意ください。
- * 食事療法をされている方は、事前に医療機関にてご相談ください。
- * アレルギー物質表記は、別紙にてご用意しております。ご希望の方は、「まごころスタッフ」にお申し付けください。

まごころ手鞠_栄養成分表（5日間）

日付	献立	栄養成分							
12/29(月)	チキンカツ ※ソース小袋付	熱量	292 kcal	炭水化物	18.5 g	カリウム	293 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	81 μg
	キャベツとウインナーのトマトソース	たんぱく質	10.6 g	糖質	16.1 g	カルシウム	3 mg	ビタミンB1	0.11 mg
	カリフラワーとツナのサラダ	脂質	19.8 g	食物繊維	2.4 g	リン	102 mg	ビタミンB2	0.08 mg
	人参と薄揚げの金平	-	-	食塩相当量	1.5 g	鉄	0.7 mg	ビタミンC	23 mg
		-	-	-	-	-	-	-	-
12/30(火)	サバの塩焼き	熱量	226 kcal	炭水化物	15.0 g	カリウム	416 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	127 μg
	なすのそぼろあん	たんぱく質	12.4 g	糖質	12.4 g	カルシウム	44 mg	ビタミンB1	0.16 mg
	ほうれん草と白菜の黒ごま和え	脂質	13.6 g	食物繊維	2.6 g	リン	157 mg	ビタミンB2	0.23 mg
	キャベツと高菜の炒め物	-	-	食塩相当量	1.8 g	鉄	1.4 mg	ビタミンC	19 mg
		-	-	-	-	-	-	-	-
12/31(水)	年末休業								
1/1(木)	元旦								
1/2(金)	年始休業								

* のどに詰まらせないように、よく噛んでお召し上がりください。
* 食材に骨や硬い部分などが残っている場合がありますので、ご注意ください。

- * 都合によりメニューを変更させていただくことがあります。
- * 栄養成分値は献立作成時の計算値であり、食材・調理状況により差異が生じる場合があります。目安の数値としてお考えください。
- * 肉類・魚介類・卵などの食材や別添の小袋は電子レンジの加熱時間により破裂の恐れがありますので、ご注意ください。
- * 食事療法をされている方は、事前に医療機関にてご相談ください。
- * アレルギー物質表記は、別紙にてご用意しております。ご希望の方は、「まごころスタッフ」にお申し付けください。

まごころ小箱（小）_栄養成分表（5日間）

日付	献立	栄養成分							
12/29(月)	白飯	熱量	309 kcal	炭水化物	39.9 g	カリウム	183 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	5 µg
	チキンカツ ※ソース小袋付	たんぱく質	10.3 g	糖質	38.7 g	カルシウム	22 mg	ビタミンB1	0.07 mg
	カリフラワーとツナのサラダ	脂質	12.0 g	食物繊維	1.3 g	リン	121 mg	ビタミンB2	0.05 mg
	人参と薄揚げの煮物	-	-	食塩相当量	1.2 g	鉄	0.8 mg	ビタミンC	9 mg
		-	-	-	-	-	-	-	-
12/30(火)	白飯	熱量	242 kcal	炭水化物	33.3 g	カリウム	180 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	177 µg
	サバの塩焼き	たんぱく質	7.9 g	糖質	31.4 g	カルシウム	54 mg	ビタミンB1	0.11 mg
	ほうれん草と白菜の黒ごま和え	脂質	8.9 g	食物繊維	1.9 g	リン	117 mg	ビタミンB2	0.14 mg
	キャベツと高菜の炒め物	-	-	食塩相当量	1.1 g	鉄	1.1 mg	ビタミンC	19 mg
		-	-	-	-	-	-	-	-
12/31(水)	年末休業								
1/1(木)	元旦								
1/2(金)	年始休業								

* のどに詰まらせないように、よく噛んでお召し上がりください。
* 食材に骨や硬い部分などが残っている場合がありますので、ご注意ください。

- * 都合によりメニューを変更させていただくことがあります。
- * 栄養成分値は献立作成時の計算値であり、食材・調理状況により差異が生じる場合があります。目安の数値としてお考えください。
- * 肉類・魚介類・卵などの食材や別添の小袋は電子レンジの加熱時間により破裂の恐れがありますので、ご注意ください。
- * 食事療法をされている方は、事前に医療機関にてご相談ください。
- * アレルギー物質表記は、別紙にてご用意しております。ご希望の方は、「まごころスタッフ」にお申し付けください。

まごころ御膳_アレルギー表（5日間）

日付	献立		アレルギー
12/29（月）	白飯	白飯	無し
	チキンカツ ※ソース小袋付	チキンカツ ツイストマカロニパセリ ソース小袋	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉 小麦 大豆・りんご
	キャベツとウインナーのトマトソース	キャベツとウインナーのトマトソース	牛肉・大豆・豚肉
	カリフラワーとツナのサラダ	カリフラワーとツナのサラダ	卵・小麦・大豆
12/30（火）	人参と薄揚げの金平	人参と薄揚げの金平	小麦・大豆・ごま
	香りご飯(青じそ)	白飯	無し
		青じそトッピング	無し
	サバの塩焼き	サバの塩焼き 蓮根と人参の炒り煮 玉子焼き	小麦・さば・大豆 小麦・大豆・ごま 卵・小麦・乳成分・大豆
	なすのそぼろあん	なす そぼろあん	大豆 小麦・さば・大豆・鶏肉
12/31（水）	ほうれん草と白菜の黒ごま和え	ほうれん草と白菜の黒ごま和え	小麦・大豆・ごま
	キャベツと高菜の炒め物	キャベツと高菜の炒め物	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
1/1（木）			
1/2（金）			

* 『特定原材料』および『特定原材料に準ずるもの』の使用状況について表示しております。			
特定原材料	: えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生		
特定原材料に準ずるもの	: アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま		
	さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、マカダミアナッツ※1		

* アレルギー物質に対する感受性は個々人により大きな差がございます。
最終的な判断は、専門医にご相談のうえ、お客様ご自身でご判断頂きますようお願い致します。
* 調理・盛付の際には細心の注意を払っていますが、他の特定原材料が微量混入するおそれがあります。

まごころおかず_アレルギー表（5日間）

日付	献立		アレルギー
12/29（月）	牛肉と野菜の五目炒め	牛肉、玉ねぎ	小麦・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
		五目炒め	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	さつまいもと蒸し鶏のオリーブオイル風味	さつまいもの煮物	小麦・大豆
		ブロッコリー	無し
		蒸し鶏のオリーブオイル風味	小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	切干大根と高菜の炒り煮	切干大根と高菜の炒り煮	小麦・大豆・ごま
	豆とオクラの和風ひじきサラダ	豆とオクラの和風ひじきサラダ	卵・小麦・大豆
12/30（火）	タンダリーチキン風	チンゲン菜と薄揚げの和え物	小麦・大豆
	野菜コロッケ	タンダリーチキン風	小麦・大豆・鶏肉
		玉ねぎとパプリカのカレー炒め	無し
		なす	小麦・大豆
	こうや豆腐の湯葉あんかけ	野菜コロッケ	小麦・大豆
		ツイストマカロニパセリ	小麦
	ごぼうとベーコンのマヨサラダ	こうや豆腐	小麦・大豆
		カニ風味湯葉あん	卵・小麦・えび・かに・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
12/31（水）	わかめとねぎのナムル	ごぼうとベーコンのマヨサラダ	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	年 末 休 業	わかめとねぎのナムル	小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	元 旦		
1/2（金）	年 始 休 業		

* 『特定原材料』および『特定原材料に準ずるもの』の使用状況について表示しております。			
特定原材料	: えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生		
特定原材料に準ずるもの	: アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま		
	さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、マカダミアナッツ※1	※1: マカダミアナッツの含有については一部未確認の原材料もございます	

* アレルギー物質に対する感受性は個々人により大きな差がございます。
最終的な判断は、専門医にご相談のうえ、お客様ご自身でご判断頂きますようお願い致します。
* 調理・盛付の際には細心の注意を払っていますが、他の特定原材料が微量混入するおそれがあります。

まごころダブル_アレルギー表（5日間）

日付	献立		アレルギー
12/29（月）	牛肉と野菜の五目炒め	牛肉、玉ねぎ	小麦・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
		五目炒め	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	ブリの揚げ煮	ブリの揚げ煮	小麦・大豆
		蓮根とこんにゃくの炒り煮	小麦・大豆・ごま
	切干大根と高菜の炒り煮	切干大根と高菜の炒り煮	小麦・大豆・ごま
	豆とオクラの和風ひじきサラダ	豆とオクラの和風ひじきサラダ	卵・小麦・大豆
12/30（火）	チンゲン菜と薄揚げの和え物	チンゲン菜と薄揚げの和え物	小麦・大豆
	有機きく芋入り野菜コロッケ & イカカツ ※ソース小袋付	イカカツ	小麦・いか・大豆
		有機きく芋入り野菜コロッケ	卵・小麦・乳成分・大豆
		ツイストマカロニパセリ	小麦
		ソース小袋	大豆・りんご
	タンドリーチキン風	タンドリーチキン風	小麦・大豆・鶏肉
		玉ねぎとパプリカのカレー炒め	無し
		なす	小麦・大豆
	こうや豆腐の湯葉あんかけ	こうや豆腐	小麦・大豆
		カニ風味湯葉あん	卵・小麦・えび・かに・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
12/31（水）	ごぼうとベーコンのマヨサラダ	ごぼうとベーコンのマヨサラダ	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	わかめとねぎのナムル	わかめとねぎのナムル	小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	年末休業		
1/1（木）	元旦		
	年始休業		
1/2（金）	年始休業		

* 『特定原材料』および『特定原材料に準ずるもの』の使用状況について表示しております。

特定原材料	: えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生
特定原材料に準ずるもの	: アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま
	さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、マカダミアナッツ※1

※1: マカダミアナッツの含有については一部未確認の原材料もございます

* アレルギー物質に対する感受性は個々人により大きな差がございます。

最終的な判断は、専門医にご相談のうえ、お客様ご自身でご判断頂きますようお願い致します。

* 調理・盛付の際には細心の注意を払っていますが、他の特定原材料が微量混入するおそれがあります。

まごころ小箱_アレルギー表（5日間）

日付	献立		アレルギー
12/29（月）	白飯	白飯	無し
	チキンカツ ※ソース小袋付	チキンカツ ソース小袋	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉 大豆・りんご
	キャベツとウインナーのトマトソース	キャベツとウインナーのトマトソース	牛肉・大豆・豚肉
	カリフラワーとツナのサラダ	カリフラワーとツナのサラダ	卵・小麦・大豆
	人参と薄揚げの煮物	人参と薄揚げの煮物	小麦・大豆
12/30（火）	白飯	白飯	無し
	サバの塩焼き	サバの塩焼き いんげん、人参	さば・大豆 小麦・さば・大豆
	ひじきと枝豆の炒り豆腐風	ひじきと枝豆の炒り豆腐風	小麦・大豆・鶏肉
	ほうれん草と白菜の黒ごま和え	ほうれん草と白菜の黒ごま和え	小麦・大豆・ごま
	キャベツと高菜の炒め物	キャベツと高菜の炒め物	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
12/31（水）	年末休業		
1/1（木）	元旦		
1/2（金）	年始休業		

* 『特定原材料』および『特定原材料に準ずるもの』の使用状況について表示しております。			
特定原材料	: えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生		
特定原材料に準ずるもの	: アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま		
	さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、マカダミアナッツ※1		
		※1:	マカダミアナッツの含有については一部未確認の原材料もございます

* アレルギー物質に対する感受性は個々人により大きな差がございます。
最終的な判断は、専門医にご相談のうえ、お客様ご自身でご判断頂きますようお願い致します。
* 調理・盛付の際には細心の注意を払っていますが、他の特定原材料が微量混入するおそれがあります。

まごころ手鞠_アレルギー表（5日間）

日付	献立		アレルギー
12/29（月）	チキンカツ ※ソース小袋付	チキンカツ	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉
		ツイストマカロニパセリ	小麦
		ソース小袋	大豆・りんご
	キャベツとウインナーのトマトソース	キャベツとウインナーのトマトソース	牛肉・大豆・豚肉
	カリフラワーとツナのサラダ	カリフラワーとツナのサラダ	卵・小麦・大豆
	人参と薄揚げの金平	人参と薄揚げの金平	小麦・大豆・ごま
12/30（火）	サバの塩焼き	サバの塩焼き	小麦・さば・大豆
		蓮根と人参の炒り煮	小麦・大豆・ごま
		玉子焼き	卵・小麦・乳成分・大豆
	なすのそぼろあん	なす	大豆
		そぼろあん	小麦・さば・大豆・鶏肉
	ほうれん草と白菜の黒ごま和え	ほうれん草と白菜の黒ごま和え	小麦・大豆・ごま
	キャベツと高菜の炒め物	キャベツと高菜の炒め物	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
12/31（水）	年末休業		
1/1（木）	元旦		
1/2（金）	年始休業		

* 『特定原材料』および『特定原材料に準ずるもの』の使用状況について表示しております。

特定原材料	: えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生
特定原材料に準ずるもの	: アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま
	さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、マカダミアナッツ※1

※1: マカダミアナッツの含有については一部未確認の原材料もございます

* アレルギー物質に対する感受性は個々人により大きな差がございます。

最終的な判断は、専門医にご相談のうえ、お客様ご自身でご判断頂きますようお願い致します。

* 調理・盛付の際には細心の注意を払っていますが、他の特定原材料が微量混入するおそれがあります。

まごころ小箱（小）_アレルギー表（5日間）

日付	献立		アレルギー
12/29（月）	白飯	白飯	無し
	チキンカツ ※ソース小袋付	チキンカツ ソース小袋	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉 大豆・りんご
	カリフラワーとツナのサラダ	カリフラワーとツナのサラダ	卵・小麦・大豆
	人参と薄揚げの煮物	人参と薄揚げの煮物	小麦・大豆
12/30（火）	白飯	白飯	無し
	サバの塩焼き	サバの塩焼き いんげん、人参	さば・大豆 小麦・さば・大豆
	ほうれん草と白菜の黒ごま和え	ほうれん草と白菜の黒ごま和え	小麦・大豆・ごま
	キャベツと高菜の炒め物	キャベツと高菜の炒め物	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
12/31（水）	年末休業		
1/1（木）	元旦		
1/2（金）	年始休業		

* 『特定原材料』および『特定原材料に準ずるもの』の使用状況について表示しております。			
特定原材料	: えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生		
特定原材料に準ずるもの	: アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま		
	さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、マカダミアナッツ※1		※1: マカダミアナッツの含有については一部未確認の原材料もございます

* アレルギー物質に対する感受性は個々人により大きな差がございます。
最終的な判断は、専門医にご相談のうえ、お客様ご自身でご判断頂きますようお願い致します。
* 調理・盛付の際には細心の注意を払っていますが、他の特定原材料が微量混入するおそれがあります。