

まごころ御膳_栄養成分表 (5日間)

日付	献立	栄養成分							
		熱量		炭水化物		カリウム		レチノール活性当量 (ビタミンA)	
4/27(月)	白飯	熱量	491 kcal	炭水化物	72.3 g	カリウム	324 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	102 µg
	白だし香る 牛肉じゃが	たんぱく質	13.3 g	糖質	67.8 g	カルシウム	87 mg	ビタミンB1	0.16 mg
	こうや豆腐と菜の花の炊き合わせ	脂質	16.9 g	食物繊維	4.5 g	リン	189 mg	ビタミンB2	0.13 mg
	キャベツとかまぼこの生姜マヨサラダ	-	-	食塩相当量	1.9 g	鉄	2.2 mg	ビタミンC	29 mg
	金時豆	-	-	-	-	-	-	-	-
4/28(火)	赤かぶ青菜ふりかけご飯	熱量	480 kcal	炭水化物	71.9 g	カリウム	482 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	221 µg
	白身魚フライ 具沢山タルタルソース	たんぱく質	14.9 g	糖質	68.1 g	カルシウム	16 mg	ビタミンB1	0.25 mg
	豚肉と野菜の炒め物	脂質	15.5 g	食物繊維	3.8 g	リン	189 mg	ビタミンB2	0.12 mg
	青のりポテトビーンズ	-	-	食塩相当量	2.1 g	鉄	1.3 mg	ビタミンC	12 mg
	昆布煮	-	-	-	-	-	-	-	-
4/29(水)	昭和の日								
4/30(木)	白飯	熱量	464 kcal	炭水化物	64.5 g	カリウム	230 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	106 µg
	国産イワシの煮付け	たんぱく質	17.6 g	糖質	61.8 g	カルシウム	60 mg	ビタミンB1	0.09 mg
	筑前煮	脂質	15.7 g	食物繊維	2.7 g	リン	219 mg	ビタミンB2	0.22 mg
	春雨と野菜のバター醤油炒め	-	-	食塩相当量	2.0 g	鉄	1.8 mg	ビタミンC	11 mg
	わかめとねぎのナムル	-	-	-	-	-	-	-	-
5/1(金)	味噌そばろご飯	熱量	519 kcal	炭水化物	77.6 g	カリウム	263 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	20 µg
	コーンクリームコロッケ	たんぱく質	15.5 g	糖質	72.4 g	カルシウム	46 mg	ビタミンB1	0.24 mg
	豚肉と白菜のとろーり煮	脂質	16.9 g	食物繊維	5.2 g	リン	198 mg	ビタミンB2	0.17 mg
	蒸し鶏とブロッコリーのおかか和え	-	-	食塩相当量	1.8 g	鉄	1.6 mg	ビタミンC	33 mg
	いんげんのごま和え	-	-	-	-	-	-	-	-

* 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。

* 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。

* 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							
		熱量		炭水化物		カリウム		レチノール活性当量 (ビタミンA)	
4/27(月)	鮭フライ 美幌峠牧場生乳で作ったホワイトソースがけ	熱量	389 kcal	炭水化物	28.0 g	カリウム	496 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	125 µg
	鶏肉とじゃが芋のコンソメ煮	たんぱく質	20.6 g	糖質	24.4 g	カルシウム	46 mg	ビタミンB1	0.12 mg
	もやしとチンゲン菜の豆腐そぼろ	脂質	22.3 g	食物繊維	3.7 g	リン	141 mg	ビタミンB2	0.12 mg
	シャキシャキごぼうサラダ	-	-	食塩相当量	2.1 g	鉄	1.5 mg	ビタミンC	14 mg
	昆布豆	-	-	-	-	-	-	-	-
4/28(火)	黒酢酢豚	熱量	404 kcal	炭水化物	37.5 g	カリウム	338 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	217 µg
	わかめと野菜のゆず味噌かけ ※ゆず味噌小袋付	たんぱく質	16.1 g	糖質	33.8 g	カルシウム	45 mg	ビタミンB1	0.10 mg
	こうや豆腐とキャベツの甜麺醤 (テンメンジャン) 炒め	脂質	21.6 g	食物繊維	3.7 g	リン	149 mg	ビタミンB2	0.08 mg
	ブロッコリーと玉子のサラダ	-	-	食塩相当量	3.4 g	鉄	1.6 mg	ビタミンC	24 mg
	大根と人参の煮物	-	-	-	-	-	-	-	-
4/29(水)	昭和の日								
4/30(木)	豚肉とじゃが芋のひじき炒め	熱量	346 kcal	炭水化物	28.0 g	カリウム	444 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	164 µg
	餃子 酢醤油だれ	たんぱく質	15.4 g	糖質	22.8 g	カルシウム	67 mg	ビタミンB1	0.37 mg
	花野菜のコールスローサラダ	脂質	20.1 g	食物繊維	5.2 g	リン	165 mg	ビタミンB2	0.19 mg
	蓮根の真砂和え	-	-	食塩相当量	2.5 g	鉄	2.0 mg	ビタミンC	36 mg
	ほうれん草のだし煮	-	-	-	-	-	-	-	-
5/1(金)	サワラの白醤油焼き	熱量	347 kcal	炭水化物	29.2 g	カリウム	416 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	165 µg
	キャベツとウインナーのトマトパスタ	たんぱく質	15.8 g	糖質	26.0 g	カルシウム	55 mg	ビタミンB1	0.17 mg
	なすの南蛮風	脂質	19.2 g	食物繊維	3.2 g	リン	190 mg	ビタミンB2	0.24 mg
	とうもろこしの白和え	-	-	食塩相当量	3.5 g	鉄	1.3 mg	ビタミンC	15 mg
	いんげんとツナのナムル	-	-	-	-	-	-	-	-

* 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。

* 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。

* 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							
		熱量		炭水化物		カリウム		レチノール活性当量 (ビタミンA)	
4/27(月)	鶏肉と春雨の洋風炒め	熱量	551 kcal	炭水化物	32.7 g	カリウム	470 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	145 µg
	鮭フライ 美幌峠牧場生乳で作ったホワイトソースがけ	たんぱく質	30.6 g	糖質	28.9 g	カルシウム	58 mg	ビタミンB1	0.18 mg
	もやしとチンゲン菜の豆腐そぼろ	脂質	33.9 g	食物繊維	3.8 g	リン	253 mg	ビタミンB2	0.24 mg
	シャキシャキごぼうサラダ	-	-	食塩相当量	3.2 g	鉄	1.7 mg	ビタミンC	18 mg
	昆布豆	-	-	-	-	-	-	-	-
4/28(火)	黒酢酢豚	熱量	508 kcal	炭水化物	46.6 g	カリウム	584 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	196 µg
	サバの味噌煮	たんぱく質	18.6 g	糖質	42.1 g	カルシウム	88 mg	ビタミンB1	0.13 mg
	こうや豆腐とキャベツの甜麺醤 (テンメンジャン) 炒め	脂質	28.3 g	食物繊維	4.5 g	リン	190 mg	ビタミンB2	0.19 mg
	ブロッコリーと玉子のサラダ	-	-	食塩相当量	3.8 g	鉄	1.5 mg	ビタミンC	32 mg
	大根と人参の煮物	-	-	-	-	-	-	-	-
4/29(水)	昭和の日								
4/30(木)	エビフライ&アジフライ ※ソース小袋付	熱量	457 kcal	炭水化物	39.1 g	カリウム	542 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	167 µg
	豚肉とじゃが芋のひじき炒め	たんぱく質	20.8 g	糖質	33.4 g	カルシウム	95 mg	ビタミンB1	0.42 mg
	花野菜のコールスローサラダ	脂質	25.6 g	食物繊維	5.7 g	リン	244 mg	ビタミンB2	0.23 mg
	蓮根の真砂和え	-	-	食塩相当量	2.5 g	鉄	2.3 mg	ビタミンC	36 mg
	ほうれん草のだし煮	-	-	-	-	-	-	-	-
5/1(金)	鶏肉の照り焼き 卵黄ソース	熱量	494 kcal	炭水化物	26.0 g	カリウム	439 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	81 µg
	サワラの白醤油焼き	たんぱく質	30.8 g	糖質	22.8 g	カルシウム	55 mg	ビタミンB1	0.24 mg
	なすの南蛮風	脂質	30.5 g	食物繊維	3.2 g	リン	356 mg	ビタミンB2	0.36 mg
	とうもろこしの白和え	-	-	食塩相当量	3.6 g	鉄	1.6 mg	ビタミンC	17 mg
	いんげんとツナのナムル	-	-	-	-	-	-	-	-

* 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。

* 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。

* 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							
		熱量		炭水化物		カリウム		レチノール活性当量 (ビタミンA)	
4/27(月)	白飯	熱量	370 kcal	炭水化物	53.8 g	カリウム	240 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	72 µg
	白だし香る 牛肉じゃが	たんぱく質	10.0 g	糖質	50.5 g	カルシウム	71 mg	ビタミンB1	0.12 mg
	こやや豆腐と菜の花の炊き合わせ	脂質	13.0 g	食物繊維	3.4 g	リン	146 mg	ビタミンB2	0.10 mg
	キャベツとかまぼこの生姜マヨサラダ	-	-	食塩相当量	1.5 g	鉄	1.7 mg	ビタミンC	24 mg
	金時豆	-	-	-	-	-	-	-	-
4/28(火)	白飯	熱量	339 kcal	炭水化物	53.8 g	カリウム	364 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	69 µg
	白身魚フライ 具沢山タルタルソース	たんぱく質	9.4 g	糖質	50.7 g	カルシウム	4 mg	ビタミンB1	0.14 mg
	豚肉と野菜の炒め物	脂質	10.1 g	食物繊維	3.1 g	リン	125 mg	ビタミンB2	0.07 mg
	青のりポテトビーンズ	-	-	食塩相当量	1.2 g	鉄	1.0 mg	ビタミンC	18 mg
	昆布煮	-	-	-	-	-	-	-	-
4/29(水)	昭和の日								
4/30(木)	白飯	熱量	315 kcal	炭水化物	48.4 g	カリウム	192 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	104 µg
	銀ヒラスの西京焼き	たんぱく質	11.5 g	糖質	45.8 g	カルシウム	13 mg	ビタミンB1	0.11 mg
	筑前煮	脂質	8.9 g	食物繊維	2.6 g	リン	149 mg	ビタミンB2	0.13 mg
	春雨と野菜のバター醤油炒め	-	-	食塩相当量	1.4 g	鉄	1.0 mg	ビタミンC	14 mg
	わかめとツナの和え物	-	-	-	-	-	-	-	-
5/1(金)	白飯	熱量	391 kcal	炭水化物	53.9 g	カリウム	243 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	25 µg
	甘エビ入りクリームコロッケ	たんぱく質	10.7 g	糖質	50.9 g	カルシウム	47 mg	ビタミンB1	0.14 mg
	豚肉と白菜のとろーり煮	脂質	15.5 g	食物繊維	3.0 g	リン	133 mg	ビタミンB2	0.12 mg
	蒸し鶏とブロッコリーのおかか和え	-	-	食塩相当量	1.2 g	鉄	1.3 mg	ビタミンC	29 mg
	いんげんと人参のお浸し	-	-	-	-	-	-	-	-

* 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。

* 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。

* 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							
		熱量		炭水化物		カリウム		レチノール活性当量 (ビタミンA)	
4/27(月)	白だし香る 牛肉じゃが	熱量	261 kcal	炭水化物	21.6 g	カリウム	299 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	102 µg
	こうや豆腐と菜の花の炊き合わせ	たんぱく質	9.4 g	糖質	17.5 g	カルシウム	47 mg	ビタミンB1	0.12 mg
	キャベツとかまぼこの生姜マヨサラダ	脂質	15.3 g	食物繊維	4.1 g	リン	103 mg	ビタミンB2	0.10 mg
	金時豆	-	-	食塩相当量	1.8 g	鉄	1.5 mg	ビタミンC	29 mg
		-	-	-	-	-	-	-	-
4/28(火)	白身魚フライ 具沢山タルタルソース	熱量	246 kcal	炭水化物	20.6 g	カリウム	460 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	212 µg
	豚肉と野菜の炒め物	たんぱく質	10.9 g	糖質	17.2 g	カルシウム	40 mg	ビタミンB1	0.19 mg
	青のりポテトビーンズ	脂質	14.3 g	食物繊維	3.4 g	リン	128 mg	ビタミンB2	0.11 mg
	昆布煮	-	-	食塩相当量	1.5 g	鉄	0.8 mg	ビタミンC	12 mg
		-	-	-	-	-	-	-	-
4/29(水)	昭和の日								
4/30(木)	国産イワシの煮付け	熱量	235 kcal	炭水化物	13.8 g	カリウム	211 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	106 µg
	筑前煮	たんぱく質	13.6 g	糖質	11.4 g	カルシウム	58 mg	ビタミンB1	0.05 mg
	春雨と野菜のバター醤油炒め	脂質	14.3 g	食物繊維	2.4 g	リン	159 mg	ビタミンB2	0.21 mg
	わかめとねぎのナムル	-	-	食塩相当量	1.9 g	鉄	1.3 mg	ビタミンC	11 mg
		-	-	-	-	-	-	-	-
5/1(金)	コーンクリームコロッケ	熱量	267 kcal	炭水化物	27.1 g	カリウム	212 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	8 µg
	豚肉と白菜のとろーり煮	たんぱく質	9.9 g	糖質	22.4 g	カルシウム	42 mg	ビタミンB1	0.20 mg
	蒸し鶏とブロッコリーのおかか和え	脂質	13.5 g	食物繊維	4.8 g	リン	130 mg	ビタミンB2	0.12 mg
	いんげんのごま和え	-	-	食塩相当量	1.4 g	鉄	1.1 mg	ビタミンC	25 mg
		-	-	-	-	-	-	-	-

* 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。

* 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。

* 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							
		熱量		炭水化物		カリウム		レチノール活性当量 (ビタミンA)	
4/27(月)	白飯	熱量	271 kcal	炭水化物	42.4 g	カリウム	195 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	69 µg
	白だし香る 牛肉じゃが	たんぱく質	8.8 g	糖質	39.3 g	カルシウム	35 mg	ビタミンB1	0.11 mg
	こやや豆腐と菜の花の炊き合わせ	脂質	7.5 g	食物繊維	3.1 g	リン	103 mg	ビタミンB2	0.07 mg
	金時豆	-	-	食塩相当量	1.0 g	鉄	1.3 mg	ビタミンC	13 mg
		-	-	-	-	-	-	-	-
4/28(火)	白飯	熱量	258 kcal	炭水化物	38.6 g	カリウム	241 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	67 µg
	白身魚フライ 具沢山タルタルソース	たんぱく質	7.2 g	糖質	37.3 g	カルシウム	4 mg	ビタミンB1	0.10 mg
	豚肉と野菜の炒め物	脂質	8.5 g	食物繊維	1.3 g	リン	91 mg	ビタミンB2	0.05 mg
	昆布煮	-	-	食塩相当量	1.0 g	鉄	0.6 mg	ビタミンC	15 mg
		-	-	-	-	-	-	-	-
4/29(水)	昭和の日								
4/30(木)	白飯	熱量	248 kcal	炭水化物	34.8 g	カリウム	141 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	97 µg
	銀ヒラスの西京焼き	たんぱく質	10.6 g	糖質	32.8 g	カルシウム	13 mg	ビタミンB1	0.08 mg
	筑前煮	脂質	7.6 g	食物繊維	2.0 g	リン	130 mg	ビタミンB2	0.10 mg
	わかめとツナの和え物	-	-	食塩相当量	1.2 g	鉄	0.8 mg	ビタミンC	3 mg
		-	-	-	-	-	-	-	-
5/1(金)	白飯	熱量	310 kcal	炭水化物	41.3 g	カリウム	154 mg	レチノール活性当量 (ビタミンA)	7 µg
	甘エビ入りクリームコロッケ	たんぱく質	8.0 g	糖質	38.9 g	カルシウム	29 mg	ビタミンB1	0.07 mg
	蒸し鶏とブロッコリーのおかか和え	脂質	13.1 g	食物繊維	2.5 g	リン	96 mg	ビタミンB2	0.07 mg
	いんげんと人参のお浸し	-	-	食塩相当量	1.0 g	鉄	0.8 mg	ビタミンC	17 mg
		-	-	-	-	-	-	-	-

* 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。

* 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。

* 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)

4/27(月)	白飯	白飯	無し
	白だし香る 牛肉じゃが	じゃが芋の煮物 牛肉、野菜 グリーンピース	小麦・さば・大豆・りんご・ゼラチン 小麦・牛肉・さば・大豆 無し
	こうや豆腐と菜の花の炊き合わせ	こうや豆腐の煮物 菜の花のだし煮	卵・小麦・さば・大豆 小麦・さば・大豆
	キャベツとかまぼこの生姜マヨサラダ	キャベツとかまぼこの生姜マヨサラダ	卵・小麦・大豆
	金時豆	金時豆	無し
4/28(火)	赤かぶ青菜ふりかけご飯	白飯 赤かぶ青菜ふりかけ	無し 乳成分
	白身魚フライ 具沢山タルタルソース	白身魚フライ 具沢山タルタルソース	小麦・大豆 卵・小麦・大豆
	豚肉と野菜の炒め物	豚肉と野菜の炒め物	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	青のりポテトビーンズ	青のりポテトビーンズ	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	昆布煮	昆布煮	小麦・大豆
4/29(水)	昭和の日		
4/30(木)	白飯	白飯	無し
	国産イワシの煮付け	イワシの煮付け こんにゃくのおかか和え	小麦・大豆 小麦・大豆・ごま
	筑前煮	鶏肉とごぼうの煮物 人参の煮物	小麦・大豆・鶏肉 小麦・大豆・鶏肉
	春雨と野菜のバター醤油炒め	春雨と野菜のバター醤油炒め	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
5/1(金)	味噌そばろご飯	白飯 味噌そばろ	無し 大豆・鶏肉
	コーンクリームコロッケ	コーンクリームコロッケ スパゲティパセリ こいのぼり蒲鉾	小麦・乳成分・大豆・ゼラチン 小麦 小麦・大豆
	豚肉と白菜のとろーり煮	豚肉と白菜のとろーり煮	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	蒸し鶏とブロッコリーのおかか和え	蒸し鶏とブロッコリーのおかか和え	小麦・大豆・鶏肉
	いんげんのごま和え	いんげんのごま和え	小麦・大豆・ごま

* 『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)

4/27(月)	鮭フライ 美幌峠牧場生乳で作ったホワイトソースがけ	鮭フライ 美幌峠牧場生乳使用ホワイトソース パセリ	小麦・さけ・大豆 卵・小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉 無し
	鶏肉とじゃが芋のコンソメ煮	じゃが芋のコンソメ煮 鶏肉と野菜のコンソメ煮	小麦・乳成分・大豆・鶏肉・りんご・ゼラチン 小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	もやしとチンゲン菜の豆腐そぼろ	もやしとチンゲン菜の豆腐そぼろ	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	シャキシャキごぼうサラダ	シャキシャキごぼうサラダ	卵・小麦・乳成分・大豆・ごま
	昆布豆	昆布豆	小麦・大豆・ゼラチン
4/28(火)	黒酢酢豚	酢豚肉 人参、たまねぎ 蓮根 ピーマン	卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま 無し
	わかめと野菜のゆず味噌かけ ※ゆず味噌小袋付	わかめと野菜の和え物 ゆず味噌小袋	小麦・大豆 大豆
	こうや豆腐とキャベツの甜麺醤(テンメンジャン)炒め	こうや豆腐とキャベツの甜麺醤(テンメンジャン)炒め	小麦・落花生・さば・大豆・ごま
	ブロッコリーと玉子のサラダ	ブロッコリーと玉子のサラダ	卵・小麦・乳成分・大豆・豚肉
	大根と人参の煮物	大根と人参の煮物	卵・小麦・大豆
4/29(水)	昭和の日		
4/30(木)	豚肉とじゃが芋のひじき炒め	豚肉とひじきの炒め物 じゃが芋の和風煮 平さやいんげん	小麦・さば・大豆・豚肉 小麦・さば・大豆・りんご・ゼラチン 無し
	餃子 酢醤油だれ	餃子 酢醤油だれ	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま 小麦・大豆・ゼラチン・ごま
	花野菜のコールスローサラダ	花野菜のコールスローサラダ	小麦・大豆
	蓮根の真砂和え	蓮根の真砂和え	小麦・大豆・ゼラチン・ごま
	ほうれん草のだし煮	ほうれん草のだし煮	小麦・さば・大豆
5/1(金)	サワラの白醤油焼き	サワラの白醤油焼き 蓮根とこんにゃくの炒り煮 玉子焼き こいのぼり蒲鉾	小麦・大豆 小麦・大豆・ごま 卵・小麦・乳成分・大豆 小麦・大豆
	キャベツとウインナーのトマトパスタ	キャベツとウインナーのトマトパスタ 香りパン粉	小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉 小麦
	なすの南蛮風	なすの南蛮風 南蛮風ジュレ	小麦・大豆 小麦・大豆・ゼラチン
	とうもろこしの白和え	とうもろこしの白和え	卵・小麦・乳成分・えび・かに・大豆・豚肉・ごま
	いんげんとツナのナムル	いんげんとツナのナムル	小麦・大豆・ごま

* 『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)

4/27(月)	鶏肉と春雨の洋風炒め	鶏肉の洋風炒め 春雨の洋風炒め	小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ごま 小麦・乳成分・大豆・鶏肉
	鮭フライ 美幌峠牧場生乳で作ったホワイトソースがけ	鮭フライ 美幌峠牧場生乳使用ホワイトソース パセリ	小麦・さけ・大豆 卵・小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉 無し
	もやしとチンゲン菜の豆腐そぼろ	もやしとチンゲン菜の豆腐そぼろ	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	シャキシャキごぼうサラダ	シャキシャキごぼうサラダ	卵・小麦・乳成分・大豆・ごま
	昆布豆	昆布豆	小麦・大豆・ゼラチン
4/28(火)	黒酢酢豚	酢豚肉 人参、たまねぎ 蓮根 じゃが芋 ピーマン	卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま 無し
	サバの味噌煮	サバの味噌煮 たけのこといんげんのおかか和え	小麦・さば・大豆 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	こうや豆腐とキャベツの甜麺醤(テンメンジャン)炒め	こうや豆腐とキャベツの甜麺醤(テンメンジャン)炒め	小麦・落花生・さば・大豆・ごま
	ブロッコリーと玉子のサラダ	ブロッコリーと玉子のサラダ	卵・小麦・乳成分・大豆・豚肉
	大根と人参の煮物	大根と人参の煮物	卵・小麦・大豆
4/29(水)	昭和の日		
4/30(木)	エビフライ&アジフライ ※ソース小袋付	エビフライ アジフライ スパゲティーパセリ ソース小袋	小麦・えび 小麦・大豆 小麦 大豆・りんご
	豚肉とじゃが芋のひじき炒め	豚肉とひじきの炒め物 じゃが芋の和風煮 平さやいんげん	小麦・さば・大豆・豚肉 小麦・さば・大豆・りんご・ゼラチン 無し
	花野菜のコールスローサラダ	花野菜のコールスローサラダ	小麦・大豆
	蓮根の真砂和え	蓮根の真砂和え	小麦・大豆・ゼラチン・ごま
	ほうれん草のだし煮	ほうれん草のだし煮	小麦・さば・大豆
5/1(金)	鶏肉の照り焼き 卵黄ソース	鶏肉の照り焼き もやし、ニラ 卵黄ソース	小麦・大豆・鶏肉 ごま 卵・乳成分・大豆・ゼラチン
	サワラの白醤油焼き	サワラの白醤油焼き 蓮根とこんにやくの炒り煮 こいのぼり蒲鉾	小麦・大豆 小麦・大豆・ごま 小麦・大豆
	なすの南蛮風	なすの南蛮風 南蛮風ジュレ	小麦・大豆 小麦・大豆・ゼラチン
	とうもろこしの白和え	とうもろこしの白和え	卵・小麦・乳成分・えび・かに・大豆・豚肉・ごま
	いんげんとツナのナムル	いんげんとツナのナムル	小麦・大豆・ごま

* 『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)

4/27(月)	白飯	白飯	無し
	白だし香る 牛肉じゃが	じゃが芋の煮物 牛肉、野菜 グリーンピース	小麦・さば・大豆・りんご・ゼラチン 小麦・牛肉・さば・大豆 無し
	こうや豆腐と菜の花の炊き合わせ	こうや豆腐の煮物 菜の花のだし煮	卵・小麦・さば・大豆 小麦・さば・大豆
	キャベツとかまぼこの生姜マヨサラダ	キャベツとかまぼこの生姜マヨサラダ	卵・小麦・大豆
	金時豆	金時豆	無し
4/28(火)	白飯	白飯	無し
	白身魚フライ 具沢山タルタルソース	白身魚フライ 具沢山タルタルソース	小麦・大豆 卵・小麦・大豆
	豚肉と野菜の炒め物	豚肉と野菜の炒め物	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	青のりポテトビーンズ	青のりポテトビーンズ	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	昆布煮	昆布煮	小麦・大豆
4/29(水)	昭和の日		
4/30(木)	白飯	白飯	無し
	銀ヒラスの西京焼き	銀ヒラスの西京焼き 蓮根炒り煮	大豆 小麦・大豆・ごま
	筑前煮	鶏肉とごぼうの煮物 人参の煮物	小麦・大豆・鶏肉 小麦・大豆・鶏肉
	春雨と野菜のバター醤油炒め	春雨と野菜のバター醤油炒め	小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	わかめとツナの和え物	わかめとツナの和え物	無し
5/1(金)	白飯	白飯	無し
	甘エビ入りクリームコロッケ	甘エビ入りクリームコロッケ こいのぼり蒲鉾	小麦・乳成分・えび・大豆・鶏肉・ゼラチン 小麦・大豆
	豚肉と白菜のとろーり煮	豚肉と白菜のとろーり煮	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	蒸し鶏とブロッコリーのおかか和え	蒸し鶏とブロッコリーのおかか和え	小麦・大豆・鶏肉
	いんげんと人参のお浸し	いんげんと人参のお浸し	小麦・大豆

* 『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)

4/27(月)	白だし香る 牛肉じゃが	じゃが芋の煮物 牛肉、野菜 グリーンピース	小麦・さば・大豆・りんご・ゼラチン 小麦・牛肉・さば・大豆 無し
	こうや豆腐と菜の花の炊き合わせ	こうや豆腐の煮物 菜の花のだし煮	卵・小麦・さば・大豆 小麦・さば・大豆
	キャベツとかまぼこの生姜マヨサラダ	キャベツとかまぼこの生姜マヨサラダ	卵・小麦・大豆
	金時豆	金時豆	無し
4/28(火)	白身魚フライ 具沢山タルタルソース	白身魚フライ 具沢山タルタルソース	小麦・大豆 卵・小麦・大豆
	豚肉と野菜の炒め物	豚肉と野菜の炒め物	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	青のりポテトビーンズ	青のりポテトビーンズ	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	昆布煮	昆布煮	小麦・大豆
4/29(水)	昭和の日		
4/30(木)	国産イワシの煮付け	イワシの煮付け こんにゃくのおかか和え	小麦・大豆 小麦・大豆・ごま
	筑前煮	鶏肉とごぼうの煮物 人参の煮物	小麦・大豆・鶏肉 小麦・大豆・鶏肉
	春雨と野菜のバター醤油炒め	春雨と野菜のバター醤油炒め	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
5/1(金)	コーンクリームコロッケ	コーンクリームコロッケ スパゲティパセリ こいのぼり蒲鉾	小麦・乳成分・大豆・ゼラチン 小麦 小麦・大豆
	豚肉と白菜のとろーり煮	豚肉と白菜のとろーり煮	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	蒸し鶏とブロッコリーのおかか和え	蒸し鶏とブロッコリーのおかか和え	小麦・大豆・鶏肉
	いんげんのごま和え	いんげんのごま和え	小麦・大豆・ごま

* 『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）

4/27(月)	白飯	白飯	無し
	白だし香る 牛肉じゃが	じゃが芋の煮物 牛肉、野菜 グリーンピース	小麦・さば・大豆・りんご・ゼラチン 小麦・牛肉・さば・大豆 無し
	こうや豆腐と菜の花の炊き合わせ	こうや豆腐の煮物 菜の花のだし煮	卵・小麦・さば・大豆 小麦・さば・大豆
	金時豆	金時豆	無し
4/28(火)	白飯	白飯	無し
	白身魚フライ 具沢山タルタルソース	白身魚フライ 具沢山タルタルソース	小麦・大豆 卵・小麦・大豆
	豚肉と野菜の炒め物	豚肉と野菜の炒め物	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	昆布煮	昆布煮	小麦・大豆
4/29(水)	昭和の日		
4/30(木)	白飯	白飯	無し
	銀ヒラスの西京焼き	銀ヒラスの西京焼き 蓮根炒り煮	大豆 小麦・大豆・ごま
	筑前煮	鶏肉とごぼうの煮物 人参の煮物	小麦・大豆・鶏肉 小麦・大豆・鶏肉
	わかめとツナの和え物	わかめとツナの和え物	無し
5/1(金)	白飯	白飯	無し
	甘エビ入りクリームコロッケ	甘エビ入りクリームコロッケ こいのぼり蒲鉾	小麦・乳成分・えび・大豆・鶏肉・ゼラチン 小麦・大豆
	蒸し鶏とブロッコリーのおかか和え	蒸し鶏とブロッコリーのおかか和え	小麦・大豆・鶏肉
	いんげんと人参のお浸し	いんげんと人参のお浸し	小麦・大豆

* 『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。