



週間献立表 12月

舞鶴工業高等専門学校

日付	2025年12月1日(月)	2025年12月2日(火)	2025年12月3日(水)	2025年12月4日(木)	2025年12月5日(金)	2025年12月6日(土)	2025年12月7日(日)
朝食	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] ナポリタンスパゲティ ウィンナー 温野菜サラダ 味噌汁 牛乳 [A] 1311kcal 944kcal 蛋白質 26.7g 脂質 24.8g 食塩 2.6g [B] 1311kcal 806kcal 蛋白質 27.8g 脂質 35.6g 食塩 4g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 納豆 切干大根とひじきの炒め煮 チンゲン菜のごま和え 味噌汁 牛乳 [A] 1311kcal 858kcal 蛋白質 26.5g 脂質 17.1g 食塩 2.8g [B] 1311kcal 719kcal 蛋白質 27.6g 脂質 27.9g 食塩 4.2g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] ハンバーグ ほうれん草のソテー 海藻サラダ 味噌汁 ショア [A] 1311kcal 828kcal 蛋白質 25g 脂質 14.5g 食塩 2.4g [B] 1311kcal 689kcal 蛋白質 26.1g 脂質 25.3g 食塩 3.8g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 温泉卵 焼ビーフン コーンサラダ 味噌汁 牛乳 [A] 1311kcal 887kcal 蛋白質 27.8g 脂質 19.6g 食塩 3.5g [B] 1311kcal 748kcal 蛋白質 28.9g 脂質 30.4g 食塩 4.9g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 焼売 炒めナムル コーンスローサラダ 味噌汁 コーヒー牛乳 [A] 1311kcal 806kcal 蛋白質 19.2g 脂質 12.7g 食塩 2.2g [B] 1311kcal 667kcal 蛋白質 20.3g 脂質 23.5g 食塩 3.6g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] ミートオムレツ 白菜のクリーム煮 大根サラダ 味噌汁 牛乳 [A] 1311kcal 875kcal 蛋白質 24.6g 脂質 14.6g 食塩 3.6g [B] 1311kcal 736kcal 蛋白質 25.7g 脂質 25.4g 食塩 5g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] カレー風味炒め 茹で卵 ポテトサラダ 味噌汁 ショア [A] 1311kcal 893kcal 蛋白質 27.3g 脂質 17.9g 食塩 2.6g [B] 1311kcal 754kcal 蛋白質 28.4g 脂質 28.7g 食塩 4g
	アレルギー A B	アレルギー A B	アレルギー A B	アレルギー A B	アレルギー A B	アレルギー A B	アレルギー A B
	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生
昼食	[A] 豚の生姜炒め丼 [B] 鰯の野菜あんかけ ごはん [共通料理] 白菜の塩こぶ和え マンゴープリン 味噌汁 [A] 1311kcal 798kcal 蛋白質 27.5g 脂質 10.8g 食塩 3g [B] 1311kcal 852kcal 蛋白質 26.6g 脂質 16.1g 食塩 2.1g	[A] 肉うどん [B] 豚肉と厚揚げ炒め [共通料理] 大根の梅肉和え フルーツゼリー 味噌汁 ごはん [A] 1311kcal 913kcal 蛋白質 27.8g 脂質 13.3g 食塩 9g [B] 1311kcal 866kcal 蛋白質 30.5g 脂質 15.6g 食塩 4.3g	[A] 他人丼 [B] たらの香味ソース ごはん [共通料理] 小松菜のツナ和え カスタードクレープ 味噌汁 [A] 1311kcal 891kcal 蛋白質 34.7g 脂質 18.4g 食塩 3.1g [B] 1311kcal 860kcal 蛋白質 26.4g 脂質 17.6g 食塩 2.8g	[A] ピリ辛味噌ラーメン [B] 白身魚のチーズ焼き [共通料理] 五目豆 ワッフル 中華スープ ごはん [A] 1311kcal 940kcal 蛋白質 28.8g 脂質 11.5g 食塩 5.2g [B] 1311kcal 846kcal 蛋白質 30.1g 脂質 13.3g 食塩 2.4g	[A] キーマカレー [B] さわらの竜田揚げ ごはん [共通料理] ほうれん草のポン酢あえ フルーツ杏仁 コンソメスープ [A] 1311kcal 929kcal 蛋白質 25.2g 脂質 22g 食塩 4.6g [B] 1311kcal 837kcal 蛋白質 27.2g 脂質 14.7g 食塩 2.8g	焼肉丼 スナッフえんどうサラダ ピーチゼリー わかめスープ [A] 1311kcal 958kcal 蛋白質 25.4g 食塩 4.3g	鶏ごぼう丼 ほうれん草の白和え エクレア 味噌汁 [A] 1311kcal 975kcal 蛋白質 30.9g 脂質 22.8g 食塩 4.6g
	アレルギー A B	アレルギー A B	アレルギー A B	アレルギー A B	アレルギー A B	アレルギー A	アレルギー A
	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生
夕食	[A] 油淋鶏 [B] ボークチャップ風 [共通料理] オクラのなめ茸和え 春雨マヨネーズサラダ 味噌汁 ごはん [A] 1311kcal 1110kcal 蛋白質 35.2g 脂質 37.1g 食塩 3.5g [B] 1311kcal 923kcal 蛋白質 31.9g 脂質 20.8g 食塩 3.6g	[A] 麻婆豆腐 [B] 鰯の味噌煮 [共通料理] なすの揚げ浸し マカロニサラダ 味噌汁 ごはん [A] 1311kcal 1062kcal 蛋白質 32.3g 脂質 33.8g 食塩 4.3g [B] 1311kcal 1024kcal 蛋白質 32.1g 脂質 28.6g 食塩 3.3g	[A] カリカサミ揚げとアジフライ [B] 豚肉と小松菜の中華炒め [共通料理] ごぼうサラダ 大根の煮物 味噌汁 ごはん [A] 1311kcal 1078kcal 蛋白質 29.9g 脂質 29.2g 食塩 3.6g [B] 1311kcal 929kcal 蛋白質 31.7g 脂質 20.8g 食塩 4g	[A] 鶏肉の七味焼き [B] イカのチリソース [共通料理] じゃが芋の粒マスタード和え はりはりサラダ 味噌汁 ごはん [A] 1311kcal 1113kcal 蛋白質 41.8g 脂質 38.2g 食塩 2.9g [B] 1311kcal 1024kcal 蛋白質 26.8g 脂質 25.3g 食塩 3.8g	[A] 豚の天ぷら [B] 豚肉の味噌炒め [共通料理] 炒り豆腐 カリフラワーサラダ 味噌汁 ごはん [A] 1311kcal 1109kcal 蛋白質 40.3g 脂質 40.2g 食塩 2g [B] 1311kcal 963kcal 蛋白質 36.2g 脂質 24.2g 食塩 3.5g	豚のネギ塩炒め そぼろ肉じゃが チンゲン菜ともやしのごま酢和え 味噌汁 ごはん [A] 1311kcal 916kcal 蛋白質 33g 脂質 15.4g 食塩 4g	とんかつ けんちゃん煮 グリーンサラダ 味噌汁 ごはん [A] 1311kcal 926kcal 蛋白質 29.4g 脂質 22g 食塩 3.2g
	アレルギー A B	アレルギー A B	アレルギー A B	アレルギー A B	アレルギー A B	アレルギー A	アレルギー A
	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生

加工・調理の際の意図せぬ混入(コンタミネーション)には注意しておりますが、アレルギー品目を含めた食材を扱っていることから、原因材料を完全除去している方は召し上げらないでください。

【アレルギー表示について】醤油等調味料由来による小麦のアレルギ表示は行っておりません。

都合より、献立は変更になることがあります。



週間献立表 12月

舞鶴工業高等専門学校

日付	2025年12月8日(月)	2025年12月9日(火)	2025年12月10日(水)	2025年12月11日(木)	2025年12月12日(金)	2025年12月13日(土)	2025年12月14日(日)
朝食	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 豆腐ハンバーグ チャブチェ ほうれん草のサラダ 味噌汁 牛乳 [A] 133kcal - 1000kcal 蛋白質 30.3g 脂質 27.1g 食塩 3.3g [B] 133kcal - 861kcal 蛋白質 31.4g 脂質 37.9g 食塩 4.7g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ● B ● ● ● ●	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] チキンナゲット ジャーマンポテト コールスローサラダ 味噌汁 牛乳 [A] 133kcal - 974kcal 蛋白質 23.3g 脂質 28.6g 食塩 2.5g [B] 133kcal - 835kcal 蛋白質 24.4g 脂質 39.4g 食塩 3.9g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ● B ● ● ● ●	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 温泉卵 明太子スパゲティー コーンサラダ 味噌汁 ショア [A] 133kcal - 872kcal 蛋白質 25.4g 脂質 14.3g 食塩 2.6g [B] 133kcal - 733kcal 蛋白質 26.5g 脂質 25.1g 食塩 4g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ● B ● ● ● ●	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 納豆 茄子のそぼろあん 大根サラダ 味噌汁 牛乳 [A] 133kcal - 884kcal 蛋白質 26.4g 脂質 21g 食塩 2.4g [B] 133kcal - 745kcal 蛋白質 27.5g 脂質 31.8g 食塩 3.8g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ● B ● ● ● ●	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] ウィンナー 焼きそば 温野菜サラダ 味噌汁 コーヒー牛乳 [A] 133kcal - 946kcal 蛋白質 24g 脂質 20.7g 食塩 3.2g [B] 133kcal - 807kcal 蛋白質 25.1g 脂質 31.5g 食塩 4.6g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ● B ● ● ● ●	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 鰯の付焼き 大根の煮物 コールスローサラダ 味噌汁 牛乳 [A] 133kcal - 856kcal 蛋白質 29.4g 脂質 16.1g 食塩 2.6g [B] 133kcal - 717kcal 蛋白質 30.5g 脂質 26.9g 食塩 4g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ● B ● ● ● ●	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 目玉焼き 野菜炒め 大根サラダ 味噌汁 ショア [A] 133kcal - 766kcal 蛋白質 23.2g 脂質 8.7g 食塩 2.5g [B] 133kcal - 627kcal 蛋白質 24.3g 脂質 19.5g 食塩 3.9g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ● B ● ● ● ●
	[A] 豚すき丼 [B] 鯖の塩焼き ごはん [共通料理] 小松菜の磯和え オレンジゼリー 味噌汁 [A] 133kcal - 797kcal 蛋白質 26.8g 脂質 8.6g 食塩 4.5g [B] 133kcal - 811kcal 蛋白質 27g 脂質 15.9g 食塩 2.7g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ● B ● ● ● ●	[A] きつねうどん [B] 白身魚のカレーマヨ焼 [共通料理] 高野豆腐の卵とじ チョコクレープ 味噌汁 ごはん [A] 133kcal - 954kcal 蛋白質 28.4g 脂質 16.8g 食塩 8.2g [B] 133kcal - 941kcal 蛋白質 33g 脂質 23.2g 食塩 2.9g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ● B ● ● ● ●	[A] 厚揚げそぼろ丼 [B] 白身魚の梅肉ソース ごはん [共通料理] カリフラワーサラダ プリン 味噌汁 [A] 133kcal - 911kcal 蛋白質 26.5g 脂質 17g 食塩 4g [B] 133kcal - 830kcal 蛋白質 26.6g 脂質 12.4g 食塩 3.8g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ● B ● ● ● ●	[A] 豚骨ラーメン [B] いかの四川風炒め [共通料理] 揚げ餃子 ココアワッフル 中華スープ ごはん [A] 133kcal - 921kcal 蛋白質 25.7g 脂質 12.9g 食塩 5.5g [B] 133kcal - 943kcal 蛋白質 27.3g 脂質 21.6g 食塩 3.6g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ● B ● ● ● ●	[A] チキンカレー [B] 揚げ鯖のおろし煮 ごはん [共通料理] もやしと卵のソテー 野菜スープ [A] 133kcal - 1047kcal 蛋白質 27.8g 脂質 27.1g 食塩 4.9g [B] 133kcal - 965kcal 蛋白質 30.3g 脂質 24.2g 食塩 3.1g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ● B ● ● ● ●	かつとじ丼 ほうれん草の和え物 ラ・フランスゼリー 味噌汁 [共通料理] 133kcal - 939kcal 蛋白質 27.7g 脂質 20.9g 食塩 3.1g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ●	チキンピラフ 牛肉コロッケ シュークリーム ミネストローネ [共通料理] 133kcal - 1056kcal 蛋白質 28.1g 脂質 32g 食塩 5.1g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ●
	[A] 鶏肉のから揚げ [B] 八宝菜 [共通料理] 蒟蒻のピリ辛炒め ツナサラダ 味噌汁 ごはん [A] 133kcal - 1032kcal 蛋白質 37.2g 脂質 32.6g 食塩 3.4g [B] 133kcal - 847kcal 蛋白質 35.4g 脂質 15.3g 食塩 3.7g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ● B ● ● ● ●	[A] 照焼きハンバーグ [B] クリームシチュー [共通料理] 切干大根の煮付け ア・ロウリーのゴマ和え 味噌汁 ごはん [A] 133kcal - 922kcal 蛋白質 30.1g 脂質 20g 食塩 4.4g [B] 133kcal - 1016kcal 蛋白質 33.3g 脂質 21.6g 食塩 4.6g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ● B ● ● ● ●	[A] チキンカツ [B] フルコギ風 [共通料理] 春雨の中華和え ほうれん草のおかか和え 味噌汁 ごはん [A] 133kcal - 1081kcal 蛋白質 35g 脂質 29.5g 食塩 4.2g [B] 133kcal - 910kcal 蛋白質 33.2g 脂質 17.1g 食塩 4.2g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ● B ● ● ● ●	[A] チキンソテーマトソース [B] 肉じゃが [共通料理] ひじき煮 ごぼうの焙煎ごまサラダ 味噌汁 ごはん [A] 133kcal - 1068kcal 蛋白質 43.8g 脂質 32.7g 食塩 3.2g [B] 133kcal - 935kcal 蛋白質 27.9g 脂質 18.1g 食塩 3.3g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ● B ● ● ● ●	[A] ミックスフライ [B] 鶏のさっぱり煮 [共通料理] 豆腐のみぞれあん 蒸し鶏サラダ 味噌汁 ごはん [A] 133kcal - 922kcal 蛋白質 29.8g 脂質 19.2g 食塩 2.3g [B] 133kcal - 908kcal 蛋白質 34.5g 脂質 20.6g 食塩 2.2g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ● B ● ● ● ●	ヤンニョムチキン チンゲン菜ともやしのナムル フライドポテト 味噌汁 ごはん 133kcal - 1114kcal 蛋白質 42.2g 脂質 37.7g 食塩 3.4g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ●	回鍋肉 湯豆腐 小松菜のかに風味和え 味噌汁 ごはん 133kcal - 890kcal 蛋白質 35g 脂質 18.8g 食塩 4.2g アレルギー 卵 乳 小麦 エビ カニ そば 落花生 A ● ● ● ●

加工・調理の際の意図せぬ混入(コンタミネーション)には注意しておりますが、アレルギー品目を含めた食材を扱っていることから、原因材料を完全除去している方は召し上げないでください。

【アレルギー表示について】醤油等調味料由来による小麦のアレルギ表示は行っておりません。

都合より、献立は変更になることがあります。



週間献立表 12月

舞鶴工業高等専門学校

日付	2025年12月15日(月)	2025年12月16日(火)	2025年12月17日(水)	2025年12月18日(木)	2025年12月19日(金)	2025年12月20日(土)
朝食	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 温泉卵 きんぴらごぼう 温野菜サラダ 味噌汁 牛乳 [A] 114kcal 856kcal 蛋白質 27.1g 脂質 16.7g 食塩 2.7g [B] 114kcal 717kcal 蛋白質 28.2g 脂質 27.5g 食塩 4.1g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] オムレツ ポークビーンズ 大根サラダ 味噌汁 牛乳 [A] 114kcal 897kcal 蛋白質 29g 脂質 18.3g 食塩 3.9g [B] 114kcal 758kcal 蛋白質 30.1g 脂質 29.1g 食塩 5.3g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] ウィンナー ミートボールケチャップ煮 コーンサラダ 味噌汁 ショア [A] 114kcal 877kcal 蛋白質 23.9g 脂質 18.2g 食塩 2.9g [B] 114kcal 738kcal 蛋白質 25g 脂質 29g 食塩 4.3g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 鯖の塩焼 そぼろ肉じゃが カレー味 温野菜サラダ 味噌汁 牛乳 [A] 114kcal 909kcal 蛋白質 31.8g 脂質 18.2g 食塩 2.5g [B] 114kcal 770kcal 蛋白質 32.9g 脂質 29g 食塩 3.9g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 茹で卵 ペペロンチーノ コールスローサラダ 味噌汁 コーヒー牛乳 [A] 114kcal 891kcal 蛋白質 25.4g 脂質 17.6g 食塩 2.2g [B] 114kcal 752kcal 蛋白質 26.5g 脂質 28.4g 食塩 3.6g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] イカリ揚げフライ 筑前煮 海藻サラダ 味噌汁 牛乳 [A] 114kcal 909kcal 蛋白質 27.8g 脂質 20.9g 食塩 3g [B] 114kcal 770kcal 蛋白質 28.9g 脂質 31.7g 食塩 4.4g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●
	[A] 麻婆なす丼 [B] 白身魚のカレームニエル ごはん [共通料理] 小松菜のツナ和え ストロベリーゼリー 味噌汁 [A] 114kcal 918kcal 蛋白質 25.5g 脂質 23.4g 食塩 3.6g [B] 114kcal 747kcal 蛋白質 27.2g 脂質 7.6g 食塩 2.5g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	[A] ミートソーススパゲティ [B] さばの竜田揚げ [共通料理] ほうれん草の菜種和え ヨーグルト キャベたまスープ ごはん [A] 114kcal 981kcal 蛋白質 31.9g 脂質 20.2g 食塩 3.5g [B] 114kcal 941kcal 蛋白質 31.3g 脂質 24.2g 食塩 3.1g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	[A] ピビンパ [B] 白身魚の唐揚げ おろしポン酢 ごはん [共通料理] ツナサラダ ワッフル 中華スープ [A] 114kcal 944kcal 蛋白質 28.2g 脂質 23.7g 食塩 3g [B] 114kcal 843kcal 蛋白質 30.2g 脂質 12.8g 食塩 2.9g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	[A] ちくわ天うどん [B] 鶏肉のオイスターソース炒め ごはん [共通料理] 白菜の煮浸し 青りんごゼリー 味噌汁 ごはん [A] 114kcal 927kcal 蛋白質 24g 脂質 13.9g 食塩 9g [B] 114kcal 920kcal 蛋白質 28.9g 脂質 20g 食塩 3.3g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	[A] 牛すじカレー [B] 白身魚のコーンマヨ焼 ごはん [共通料理] 棒々鶏サラダ パイン缶 野菜スープ [A] 114kcal 1033kcal 蛋白質 27.8g 脂質 26.3g 食塩 5.3g [B] 114kcal 882kcal 蛋白質 30.7g 脂質 19.6g 食塩 2.9g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	
	[A] 鶏の和風おろしソース [B] ハッシュドポーク [共通料理] 大豆燗煮 チンゲン菜の中華和え 味噌汁 ごはん [A] 114kcal 1094kcal 蛋白質 39.1g 脂質 33.9g 食塩 4.8g [B] 114kcal 1049kcal 蛋白質 35.7g 脂質 23.1g 食塩 6.3g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	[A] 和風ハンバーグ [B] 豚肉の生巻炒め [共通料理] 白菜のなめ茸和え ポテトサラダ 赤だし ごはん [A] 114kcal 995kcal 蛋白質 29.1g 脂質 25.3g 食塩 4.1g [B] 114kcal 969kcal 蛋白質 33g 脂質 22.9g 食塩 4g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	[A] ヒレカツ [B] ポトフ [共通料理] 厚揚げの卵とじ ごまドレッシング和え 味噌汁 ごはん [A] 114kcal 973kcal 蛋白質 30.8g 脂質 26.5g 食塩 3.1g [B] 114kcal 1015kcal 蛋白質 33.8g 脂質 28g 食塩 5g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	【特別メニュー】 フライドチキン フライドポテト ローストビーフ エビグラタン コールスローサラダ コーンポタージュ ごはん・ケーキも付きます Merry Christmas! 114kcal 950kcal 蛋白質 29.9g 脂質 32g 食塩 4g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	[A] 白身魚フライと肉じゃがコロッケ [B] 豚のみそ炒め [共通料理] 大根そぼろあん 卵とカリフラワーサラダ 味噌汁 ごはん [A] 114kcal 989kcal 蛋白質 28.2g 脂質 23.9g 食塩 3.3g [B] 114kcal 912kcal 蛋白質 39.1g 脂質 17.7g 食塩 2.9g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	
	[A] 鶏の和風おろしソース [B] ハッシュドポーク [共通料理] 大豆燗煮 チンゲン菜の中華和え 味噌汁 ごはん [A] 114kcal 1094kcal 蛋白質 39.1g 脂質 33.9g 食塩 4.8g [B] 114kcal 1049kcal 蛋白質 35.7g 脂質 23.1g 食塩 6.3g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	[A] 和風ハンバーグ [B] 豚肉の生巻炒め [共通料理] 白菜のなめ茸和え ポテトサラダ 赤だし ごはん [A] 114kcal 995kcal 蛋白質 29.1g 脂質 25.3g 食塩 4.1g [B] 114kcal 969kcal 蛋白質 33g 脂質 22.9g 食塩 4g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	[A] ヒレカツ [B] ポトフ [共通料理] 厚揚げの卵とじ ごまドレッシング和え 味噌汁 ごはん [A] 114kcal 973kcal 蛋白質 30.8g 脂質 26.5g 食塩 3.1g [B] 114kcal 1015kcal 蛋白質 33.8g 脂質 28g 食塩 5g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	【特別メニュー】 フライドチキン フライドポテト ローストビーフ エビグラタン コールスローサラダ コーンポタージュ ごはん・ケーキも付きます Merry Christmas! 114kcal 950kcal 蛋白質 29.9g 脂質 32g 食塩 4g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	[A] 白身魚フライと肉じゃがコロッケ [B] 豚のみそ炒め [共通料理] 大根そぼろあん 卵とカリフラワーサラダ 味噌汁 ごはん [A] 114kcal 989kcal 蛋白質 28.2g 脂質 23.9g 食塩 3.3g [B] 114kcal 912kcal 蛋白質 39.1g 脂質 17.7g 食塩 2.9g アレルギー A ● ● ● ● ● ● ● B ● ● ● ● ● ● ●	



良いお年を
お迎え下さい

加工・調理の際の意図せぬ混入(コンタミネーション)には注意しておりますが、アレルギー品目を含めた食材を扱っていることから、原因材料を完全除去している方は召し上げないでください。

【アレルギー表示について】醤油等調味料由来による小麦のアレルギー表示は行っておりません。

都合より、献立は変更になることがあります。