

日付	メニュー	原材料	アレルギー
1 (水)	チンジャオロース	精白米、豚肉、パプリカ、ピーマン、竹の子、ねぎ、生姜、にんにく、醤油、酒、オイスターソース、砂糖、ガラスープ、塩、こしょう、片栗粉、ごま油、サラダ油	乳
	ごぼうのサラダ	ごぼう、人参、ミックスピーズ、マヨネーズ、ごま、こしょう	
	蒸しパン	ホットケーキミックス、牛乳、サラダ油	
2 (木)	れんこんつくね	精白米、鶏肉、れんこん、生姜、こしょう、塩、酒、醤油、みりん、砂糖、小松菜、サラダ油	
	さつまいもの金平	さつまいも、人参、竹輪、ごま油、砂糖、酒、みりん、醤油、ごま	
	白菜の浅漬け	白菜、食塩、昆布の佃煮	
6 (月)	ハンバーグ デミグラスソース	精白米、合挽き肉、豆腐、玉ねぎ、卵、パン粉、塩、こしょう、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、フロッコリー、ミニトマト	小麦 卵
	ジャーマンポテト	じゃがいも、玉ねぎ、ウインナー、サラダ油、コンソメ、塩、こしょう、パセリ	
	煮豆	大豆、刻み昆布、醤油、砂糖、塩	
7 (火)	八宝菜	精白米、豚肉、海老、白菜、もやし、人参、生姜、にんにく、ピーマン、塩、サラダ油、酒、ガラスープ、砂糖、醤油、片栗粉、ごま油	エビ
	ひじきと大豆の煮もの	ひじき、大豆、人参、油揚げ、醤油、みりん、砂糖、サラダ油、鰹節、煮干し	
	パイナップル	パイナップル缶	
8 (水)	たっぷりきのこ 豚肉の炊き込み	精白米、豚肉、舞茸、しめじ、椎茸、生姜、サラダ油、煮干し、鰹節、酒、醤油、みりん、砂糖	小麦 乳
	磯部揚げ /さつまいものサラダ	竹輪、青のり、小麦粉、塩、サラダ油、サラダ菜、ミニトマト /さつまいも、ハム、マヨネーズ、チーズ、塩、こしょう、ごま	
	きゅうりの梅あえ	きゅうり、練梅、塩	
9 (木)	生姜焼き	精白米、豚肉、酒、みりん、醤油、生姜、サラダ油、キャベツ、ミニトマト	卵 乳
	洋風煮卵	卵、ケチャップ、砂糖、粉チーズ	
	れんこんと人参の炒めなます	れんこん、人参、椎茸、サラダ油、ごま、塩、醤油、砂糖、酢、酒	
10 (金) 2年 7月-7月	ドライカレー	精白米、豆腐、鶏肉、玉ねぎ、にんにく、生姜、トマト缶、豆乳、クミン、カレー粉、サラダ油、醤油、塩、こしょう	小麦 乳
	マカロニサラダ	マカロニ、キャベツ、人参、玉ねぎ、コーン、ハム、ヨーグルト、きゅうり、マヨネーズ、塩、砂糖	
	冬瓜の含め煮	冬瓜、砂糖、みりん、醤油、煮干し、鰹節	
13 (月)	肉そぼろの三色ごはん	精白米、豚肉、玉ねぎ、卵、いんげん、砂糖、醤油、みりん、鰹節、塩、サラダ油、ごま	小麦 卵
	鱈のサクサク揚げ /小松菜の海苔和え	鱈、塩、こしょう、小麦粉、パン粉、サラダ油、サラダ菜、ミニトマト、ウスターソース /小松菜、のり、醤油、みりん、砂糖、ごま油、鰹節、煮干し、ごま	
	みかん寒	オレンジジュース、砂糖、みかん缶、寒天	
16 (木)	鶏の照り焼き野菜添え	精白米、鶏肉、サラダ油、みりん、醤油、酒、にんにく、あんずジャム、れんこん、人参、鰹節、煮干し、なす	
	春雨サラダ	春雨、きゅうり、人参、ハム、砂糖、酢、薄口醤油、ごま油、ごま	
	バナナ	バナナ	
4年 7月7日 7月	親子煮	精白米、鶏肉、豆腐、玉ねぎ、鰹節、煮干し、醤油、みりん、砂糖、卵、のり、みつば	卵
	ポテトサラダ	じゃがいも、きゅうり、塩、人参、玉ねぎ、マヨネーズ、こしょう、酢	
	味噌汁（大根）	大根、鰹節、煮干し、味噌	

※「原材料」には調味料も表示していますが、調味料に含まれるアレルギーについては、別紙を参照してください。
 <お弁当予約の締切時間>3日前の24時までとなります。
 <お弁当予約のキャンセル>原則として、前日の24時までとなります。
 ただし、お子様の急病等によるキャンセルについては、当日の8時までラボ事務所でご連絡ください。

日付	メニュー	原材料	アレルギー
17 (金) 3年 7月-7月	鶏のメンチカツ	精白米、鶏肉、玉ねぎ、卵、小麦粉、パン粉、塩、こしょう、サラダ油、ソース、ミニトマト、キャベツ	小麦 卵
	切干大根のサラダ	切干大根、キャベツ、きゅうり、ハム、酢、サラダ油、塩、醤油、ごま、こしょう	
	わかめのおかか炒め	わかめ、鰹節、生姜、サラダ油、醤油	
20 (月)	さつまいもごはん	精白米、さつまいも、塩、酒、ごま	小麦 卵
	鮭フライ/五目金平	鮭、塩、こしょう、小麦粉、パン粉、卵、サラダ菜、ミニトマト、サラダ油、ソース /豚肉、しらたき、ごぼう、れんこん、唐辛子、いんげん、醤油、酒、砂糖、ごま油、サラダ油	
	かぶのゆかり和え	かぶ、塩、かぶの葉、ゆかり	
21 (火)	焼き肉	精白米、牛肉、玉ねぎ、しめじ、にんにく、レタス、きゅうり、サラダ油、砂糖、醤油、味噌、ごま、コチュジャン、はちみつ、ごま油	
	大豆とツナのサラダ	大豆、ツナ、サラダ油、酢、塩	
	りんご	りんご	
5年 7月7日 7月	鮭ときのこの クリームソース	精白米、鮭、小麦粉、サラダ油、塩、こしょう、しめじ、舞茸、しいたけ、バター、牛乳、味噌、チーズ、サラダ菜	小麦 乳
	もやしと小松菜のナムル	小松菜、醤油、みりん、酢、ごま油、ごま、もやし	
	味噌汁（キャベツと揚げ）	油揚げ、鰹節、煮干し、味噌、キャベツ	
22 (水)	鶏肉のグリル きのこ炒めソース	精白米、鶏肉、しめじ、椎茸、えのき、小ねぎ、小麦粉、サラダ油、バター、醤油、塩、こしょう	小麦 乳
	柿の酢の物	柿、人参、大根、三つ葉、醤油、酢、スダチ酢、塩、ごま、煮干し、鰹節	
	さといもの田楽	さといも、みそ、砂糖、みりん、サラダ油	
24 (金)	ポークソテー	精白米、豚肉、じゃがいも、サラダ菜、ミニトマト、オイスターソース、酒、ケチャップ、砂糖、サラダ油、塩、こしょう	
	南瓜とひじきのサラダ	南瓜、蓮根、大根葉、ひじき、サラダ油、塩、こしょう	
	こんにゃくのかか煮	こんにゃく、サラダ油、しょうゆ、鰹節	
27 (月)	鮭の変わりパン粉焼き	精白米、鮭、サラダ菜、マスタード、ソース、マヨネーズ、食塩、こしょう、パセリ、サラダ油、パン粉、フロッコリー、ミニトマト	小麦
	フライドポテト	フライドポテト、塩、サラダ油	
	キャロットラペ	人参、レーズン、酢、サラダ油、砂糖、こしょう、塩	
28 (火)	鶏のトマトクリーム煮	精白米、鶏肉、玉ねぎ、トマト缶、サラダ菜、バター、牛乳、生クリーム、塩、こしょう、小麦粉、コンソメ、サラダ油、砂糖	小麦 乳
	鉄骨サラダ	しらす、ひじき、人参、コーン、きゅうり、醤油、砂糖、酢、塩、サラダ油	
	オレンジ	オレンジ	
29 (水)	きつね寿司	精白米、酢、砂糖、塩、生姜甘酢漬、ごま、油揚げ、醤油、酒、みりん、鰹節、煮干し	
	ウインナーと玉ねぎの ケチャップ炒め	ウインナー、玉ねぎ、ケチャップ、ソース、砂糖、塩、こしょう、サラダ油、酒、サラダ菜	
	南瓜の甘辛煮 /フロッコリーの海苔マヨ和え	南瓜、鰹節、煮干し、醤油、みりん、砂糖/フロッコリー、マヨネーズ、海苔の佃煮	
30 (木)	チキンねぎみそ ロールかつ	精白米、鶏むね肉、チーズ、大葉、水菜、人参、長ねぎ、鰹節、味噌、砂糖、小麦粉、パン粉、サラダ油	小麦 乳
	小松菜ときくらげのナムル	小松菜、きくらげ、ごま油、酒、みりん、醤油、すりごま、糸唐辛子	
	大根のはちみつレモン漬	大根、大根葉、レモン汁、はちみつ、塩	
6年 7月7日 7月	生姜焼き	精白米、豚肉、酒、みりん、醤油、生姜、玉ねぎ、サラダ油、キャベツ、ミニトマト	
	千草和え	小松菜、えのき、人参、醤油、ごま油、みりん	
	味噌汁（揚げとねぎ）	油揚げ、鰹節、煮干し、味噌、ねぎ	