





1月 January

# Monthly Menu

カフェテリア ふじ

日付		4 (昼から), 9, 14, 19, 24, 29	5, 10, 15, 20, 25, 30	6, 11, 16, 21, 26, 31	7, 12, 17, 22, 27	8, 13, 18, 23, 28	
朝食	バイキング 白・健康ごはん or パン付き スープ or みそ汁付き	スクランブルエッグ	卵炒り豆腐	スペイン風 バイクドエッグ	卵そぼろ	もやしと卵炒め	
		鶏肉と野菜のソテー	肉団子甘酢たれ	ポイルソーセージ	鶏肉と野菜のソテー	肉団子甘酢たれ	
		焼きししゃも	鯖の塩焼き	さつまあげ	焼きししゃも	鯖の塩焼き	
		切干大根	ひじき煮	ピリ辛こんにゃく	うの花	きんぴら	
		フライドポテト	フライドポテト	フライドポテト	フライドポテト	フライドポテト	
昼食	A	とんかつ	豚肉と厚揚げの煮物	豚肉のみぞれ和え <small>糖質少なめ</small>	アジフライ おろしぽん酢	鶏肉の味噌マヨ焼き <small>糖質少なめ</small>	
	B	チキンとキャベツの トマトシチュー 	鶏肉の レモンペッパーステーキ <small>糖質少なめ</small>	ハンバーグ デミグラスソース	チキンと野菜の サルサソース	ピーマン肉詰めフライ	
	C	キムチ豆腐炒め <small>糖質少なめ</small>	麻婆春雨	イカと蓮根のピリ辛山椒ソース	厚揚げと挽肉の 中華炒め <small>糖質少なめ</small>	豆腐と野菜の黒酢あん	
	カレー	汁付き	ビーフカレー	きのこチーズのカレー	コロッケカレー	牛すじカレー	キーマカレー
	丼	汁付き	鶏肉のスパイシー焼き丼	桜海老と三つ葉の かき揚げ丼	しらす丼	豚肉のオイスターソース丼	鶏天丼
	うどん・そば	小鉢付き	めかぶ	揚げもち	きつね	イカ天	山菜
	ラーメン	小鉢付き	とんこつラーメン	もやしあんかけラーメン	味噌ラーメン	ワンタン麺	タンメン
夕食	A	塩レモン唐揚げ	ぶりの照り焼き <small>糖質少なめ</small>	味噌かつ	豚バラ軟骨の角煮	鮭のちゃんちゃん焼き <small>糖質少なめ</small>	
	B	ハンバーグ ジンジャーソース	ササミカツ 玉葱マスタードソース	鶏肉の トマトバジルソース <small>糖質少なめ</small>	白身魚のマヨネーズ焼き カレー風味 <small>糖質少なめ</small>	鶏肉の衣揚げ 照焼きソース	
	C	鯖の韓国風味噌焼き <small>糖質少なめ</small>	回鍋肉	牛肉と白菜の 四川唐辛子煮込み	油淋鶏 (ユーリンチー)	黒酢の酢豚	
	カレー/丼	汁付き	オムカレー	桜味噌シチュー オンライス 	鶏そぼろ丼	チキンフリカッセ風シチュー オンライス 	ハヤシライス
	麺類	小鉢付き	豚肉と水菜のハリハリうどん	ツナとトマトソースのパスタ	けんちんうどん	ジャージャー麺	カルボナーラ
朝・昼・夕共通		サラダバー・デザート・フルーツ・ドリンク がセットになります 					

\* 食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。

## 2018年 1月メインメニュー アレルゲン表

※仕入れの状況により、メニュー及び食材等が変更となる場合がございますので、詳しくはカフェテリア「ふじ」までお問い合わせください。

※当店は大量調理施設のため調理上のコンタミネーション(混入)の可能性がございます。微量の摂取でも症状が重篤になる際はお持込みをお願いする事がございますので予めご了承ください。

日付	4(昼から),9,14,19,24,29	7大アレルゲン							5,10,15,20,25,30	7大アレルゲン							6,11,16,21,26,31	7大アレルゲン						
		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
朝食	バイキング	スクランブルエッグ		●	●				卵炒り豆腐	●	●	●					スペイン風 ベイクドエッグ		●	●				
		鶏肉と野菜のソテー	●						肉団子甘酢たれ	●		●					ボイルソーセージ			●				
		焼きししゃも							鯖の塩焼き								さつまあげ	●						
		切干大根	●						ひじき煮	●							ピリ辛こんにゃく	●						
		フライドポテト	●						フライドポテト	●							フライドポテト	●						
		パン	●	●	●				パン	●	●	●					パン	●	●	●				
		牛乳			●				牛乳			●					牛乳			●				
		納豆	●						納豆	●							納豆	●						
		味付のり	●		●				味付のり	●		●				●	味付のり	●		●				●
		ジャム							ジャム								ジャム							
		マーガリン			●				マーガリン			●					マーガリン			●				
昼食	A	とんかつ	●	●	●				豚肉と厚揚げの煮物	●						豚肉のみぞれ和え	●							
	B	チキンとキャベツの トマトシチュー	●		●				鶏肉の レモンペッパーステーキ							ハンバーグ デミグラスソース	●	●	●					
	C	キムチ豆腐炒め	●					●	麻婆春雨	●						イカと蓮根の ピリ辛山椒ソース	●							
	カレー	ビーフカレー	●		●		カシュー ナッツ		きのこチーズのカレー	●		●				コロケカレー	●	●	●					
	丼	鶏肉のスパシー焼き 丼	●						桜海老と三つ葉の かき揚げ丼	●					●	しらす丼	●	●						
	うどん・ そば	めかぶ	●	●	●	●			揚げもち	●	●	●	●			きつね	●	●	●	●				
	ラーメン	とんこつラーメン	●	●		●			もやしあんかけラーメン	●	●		●			味噌ラーメン	●	●		●				
夕食	A	塩レモン唐揚げ	●						ぶりの照り焼き	●						味噌かつ	●	●	●					
	B	ハンバーグ ジンジャーソース	●	●	●				ササミカツ 玉葱マスタードソース	●	●	●				鶏肉のトマトバジルソー ス	●							
	C	鯖の韓国風味噌焼き	●						回鍋肉	●	●					牛肉と白菜の 四川唐辛子煮込み	●						●	
	カレー/ 丼	オムカレー	●	●	●				桜味噌シチュー オンライス	●		●				鶏そぼろ丼	●	●						
	麺類	豚肉と水菜の ハリハリうどん	●	●				●	ツナとトマトソースの パスタ	●	●	●				けんちんうどん	●		●					

# 2018年 1月メインメニュー アレルゲン表

※仕入れの状況により、メニュー及び食材等が変更となる場合がございますので、詳しくはカフェテリア「ふじ」までお問い合わせください。

※当店は大量調理施設のため調理上のコンタミネーション(混入)の可能性がございます。微量の摂取でも症状が重篤になる際はお持込みをお願いする事がございますので予めご了承ください。

日付	7,12,17,22,27	7大アレルゲン							8,13,18,23,28	7大アレルゲン						
		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
朝食	バイキング	卵そばろ	●	●					もやしと卵炒め	●	●					
		鶏肉と野菜のソテー	●						肉団子甘酢たれ	●		●				
		焼きししゃも							鯖の塩焼き							
		うの花	●						きんぴら	●						
		フライドポテト	●						フライドポテト	●						
		パン	●	●	●				パン	●	●	●				
		牛乳			●				牛乳			●				
		納豆	●						納豆	●						
		味付のり	●		●			●	味付のり	●		●			●	
		ジャム							ジャム							
マーガリン			●				マーガリン			●						
昼食	A	アジフライ おろしぼん酢	●					鶏肉の味噌マヨ焼き	●	●						
	B	チキンと野菜のサルサソース	●		●			ピーマン肉詰めフライ	●	●						
	C	厚揚げと挽肉の中華炒め	●					豆腐と野菜の黒酢あん	●							
	カレー	牛すじカレー	●		●			キーマカレー	●		●					
	丼	豚肉のオイスターソース丼	●	●				鶏天丼	●							
	うどん・そば	イカ天	●	●	●	●		山菜	●	●	●	●				
	ラーメン	ワンタン麺	●	●		●		タンメン	●	●		●				
夕食	A	豚バラ軟骨の角煮	●	●				鮭のちゃんちゃん焼き			●					
	B	白身魚のマヨネーズ焼きカレー風味	●	●				鶏肉の衣揚げ照焼きソース	●	●	●					
	C	油淋鶏(ユーリンチー)	●					黒酢の酢豚	●	●						
	カレー／丼	チキンフリカッセ風シチューオンライス	●		●			ハヤシライス	●		●					
	麺類	ジャージャー麺	●	●				カルボナーラ	●	●	●					

各食共通メニュー	7大アレルゲン						
	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
ご飯							
雑穀ご飯							
味噌汁	●						
スープ	●	●	●				
漬物	●						

ドレッシング類	7大アレルゲン						
	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
サウザンアイランド	●	●					
フレンチ		●					
青じそ(ノンオイル)	●						
ごま(クリーミー)	●	●					
マヨネーズ		●					
ケチャップ・ソース							
しょうゆ	●						

※上記の他に提供している調味料や、サラダバー、デザート、ドリンクコーナーがございますので詳しくはお問い合わせください。

# カフェテリア ふじ

センター棟 2階

朝食	7:00 ~ 9:00	470円	和洋バイキング
昼食	11:30 ~ 13:30	610円	1品+サラダバー、ドリンク、デザート
夕食	17:00 ~ 19:00	680円	1品+サラダバー、ドリンク、デザート

## 2018.1 今月のおすすめメニュー

4・9・14・19・  
24・29 夕食

豚肉と水菜の  
ハリハリうどん



5・10・15・20・  
25・30 夕食

8・13・18・  
23・28 夕食

ササミカツ  
玉葱マスタート  
ソース



鮭の  
ちゃんちゃん焼き



※写真はイメージです。