

# 手賀の丘少年自然の家8月メニュー 7大アレルゲン表

2017年6月10日

カテゴリ	NO. 1	7大アレルゲン						NO. 2	7大アレルゲン						NO. 3	7大アレルゲン						NO. 4	7大アレルゲン						NO. 5	7大アレルゲン						NO. 6	7大アレルゲン					
		小麦	卵	乳	そば	豚肉	えび		かに	小麦	卵	乳	そば	豚肉		えび	かに	小麦	卵	乳	そば		豚肉	えび	かに	小麦	卵	乳		そば	豚肉	えび	かに	小麦	卵		乳	そば	豚肉	えび	かに	小麦
<b>朝食</b>	ご飯 パン 鮭の塩焼き もやしと卵炒め 大根と油揚げの煮物 インゲンのマヨネーズ和え 玉葱とわかめの味噌汁 コールスロー ブロッコリー オニオンスライス ミックスベジタブル 梅干し たくあん ふりかけ ジャム マーガリン フリードリンク	●	●	●				ご飯 パン 鯖の塩焼き トマトスクランブルエッグ 五目きんぴら もやしとほうれん草のナムル キャベツと油揚げの味噌汁 コールスロー いんげん カーネルコーン クリンクルキャロット 梅干し たくあん ふりかけ ジャム マーガリン フリードリンク	●	●	●				ご飯 パン チリコンカン ハム野菜炒め わかめと大根のレモン和え キャベツと竹輪の白胡麻和え ほうれん草と人参の味噌汁 コールスロー ブロッコリー オニオンスライス ミックスベジタブル 梅干し たくあん ふりかけ ジャム マーガリン フリードリンク	●	●	●				ご飯 パン 鮭の塩焼き ほうれん草スクランブルエッグ 大根とえんどうのコンソメ煮 コーンとブロッコリーのマヨソース キャベツと椎茸の味噌汁 コールスロー いんげん カーネルコーン クリンクルキャロット 梅干し たくあん ふりかけ ジャム マーガリン フリードリンク	●	●	●				ご飯 パン 鮭の塩焼き 照焼肉団子 ひじきと白滝の煮付け スパゲッティサラダ わかめと巻麩の味噌汁 コールスロー ブロッコリー オニオンスライス ミックスベジタブル 梅干し たくあん ふりかけ ジャム マーガリン フリードリンク	●	●	●				ご飯 パン 肉団子のチリソース 和風スクランブルエッグ 切干大根の炒め煮 パンサンスー（中華和え物） 小松菜と油揚げの味噌汁 コールスロー いんげん カーネルコーン クリンクルキャロット 梅干し たくあん ふりかけ ジャム マーガリン フリードリンク	●	●	●			
	<b>昼食</b>	ゆかりご飯 トマトスパゲティ 厚揚げと里芋の煮物 野菜炒め コーンポテトソテー わかめスープ コールスロー カーネルコーン 千切り大根 クリンクルキャロット つぼ漬け ご飯 フリードリンク	●		●				夏野菜カレー ベベロンチーノスパゲティ 白身魚のフライ パンバンチー（梅々鶏） ラタトゥユの香草グラタン 野菜のチキンスープ コールスロー ヤングコーン もやし わかめ 福神漬け ご飯 フリードリンク	●	●				枝豆ご飯 スパゲティ赤しそ風味 肉入りコロッケ レンコンと厚揚げの味噌炒め 枝豆と春雨の中華和え 玉葱のスープ コールスロー カーネルコーン 千切り大根 クリンクルキャロット つぼ漬け ご飯 フリードリンク	●				●	ゆかりご飯 スパゲティナポリタン 竹輪の磯辺揚げ 鶏肉と野菜のうま煮 青菜と玉葱塩炒め トマトとオニオンのスープ コールスロー ヤングコーン もやし わかめ つぼ漬け ご飯 フリードリンク	●		●			ハヤシライス カレー風味スパゲティ 野菜コロッケ ビビンバ炒め 根菜の田舎風 ポテトと人参のスープ コールスロー カーネルコーン 千切り大根 クリンクルキャロット つぼ漬け ご飯 フリードリンク	●				●	枝豆ご飯 明太子スパゲティ 焼売のカレー揚げ 厚揚げと野菜の生姜煮 里芋のそぼろあんかけ 野菜のチキンスープ コールスロー ヤングコーン もやし わかめ つぼ漬け ご飯 フリードリンク	●				●				
		<b>夕食</b>	きんぴらご飯 照焼きハンバーグ アジフライ 京がんもの煮物 アスパラとキャベツのソテー フライドポテト 冷やし担々うどん コーンとわかめのスープ 蒟蒻ピーチゼリー コールスロー カリフラワー わかめ いんげん つぼ漬け ご飯 フリードリンク	●		●				わかめご飯 メンチカツ 肉野菜炒め ザーサイ冷奴 そら豆とコーンのマヨ和え フライドポテト オイスター焼きそば キャベツと椎茸のスープ 蒟蒻オレンジゼリー コールスロー カーネルコーン クリンクルキャロット 千切り大根 つぼ漬け ご飯 フリードリンク	●	●				五目ご飯 豚の生姜焼き 鯖のコーンマヨ焼き イカツ オクラの胡麻和え フライドポテト 柚子こしょう風味スパゲティ コーンと玉葱のスープ グレープフルーツゼリー コールスロー カリフラワー わかめ いんげん つぼ漬け ご飯 フリードリンク	●				●	きんぴらご飯 ハンバーグ大根おろしソース キャベツ・ツナコーン炒め 白身フライ アスパラと玉葱のソテー フライドポテト 冷やしわかめうどん ほうれん草と玉葱のスープ 蒟蒻ピーチゼリー コールスロー カーネルコーン クリンクルキャロット 千切り大根 つぼ漬け ご飯 フリードリンク	●		●			わかめご飯 チキンカツ 厚揚げの生姜煮 豚肉とにんにくの芽炒め 枝豆のツナマヨ フライドポテト ブルコギうどん きくらげと椎茸のスープ 蒟蒻オレンジゼリー コールスロー カリフラワー わかめ いんげん つぼ漬け ご飯 フリードリンク	●	●	●			五目ご飯 回鍋肉 茄子の肉詰めフライ 鯖味噌煮 オクラの土佐和え フライドポテト ソース焼きそば ほうれん草とコーンのスープ グレープフルーツゼリー コールスロー カーネルコーン クリンクルキャロット 千切り大根 つぼ漬け ご飯 フリードリンク	●				●			
			日	6, 12, 18, 24, 30	1, 7, 13, 19, 25, 31	2, 8, 14, 20, 26	3, 9, 15, 21, 27	4, 10, 16, 22, 28	5, 11, 17, 23, 29																																	