

# 手賀の丘少年自然の家 食堂メニュー 7月 7大アレルギー表

平成30年6月18日作成

	NO. 1	7大アレルギー					NO. 2	7大アレルギー					NO. 3	7大アレルギー					NO. 4	7大アレルギー					NO. 5	7大アレルギー					NO. 6	7大アレルギー				
		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	小麦	卵	乳	そば		落花生	えび	かに	小麦	卵
朝食	鮭の塩焼き						鯖の塩焼き						鮭の塩焼き						鯖の塩焼き						照焼き肉団子						鯖の塩焼き					
	トマトスクランブル		●	●			ほうれん草スクランブル		●	●			オニオンスクランブル		●	●			オニオンスクランブル		●	●			キャベツと竹輪の白胡麻和え	●	●	●			和風スクランブルエッグ		●	●	●	
	ひじきと白滝の煮付け	●					五目きんぴら	●					スパゲティサラダ	●	●				スパゲティサラダ	●	●				春雨の中華和え物	●	●	●			切干大根の炒め煮	●				
	小松菜と油揚げの味噌汁						もやしといんげんの味噌汁						大根とわかめの味噌汁						大根とわかめの味噌汁						キャベツと巻麩の味噌汁	●					キャベツと椎茸の味噌汁					
	コールスロー						コールスロー						コールスロー						コールスロー						コールスロー						コールスロー					
	ブロッコリー						いんげん						ブロッコリー						ブロッコリー						ブロッコリー						いんげん					
	オニオンライス						カーネルコーン						オニオンライス						オニオンライス						オニオンライス						カーネルコーン					
	ミックスベジタブル						クリンクルキャロット						ミックスベジタブル						ミックスベジタブル						ミックスベジタブル						クリンクルキャロット					
	梅干し						梅干し						梅干し						梅干し						梅干し						梅干し					
	たくあん						たくあん						たくあん						たくあん						たくあん						たくあん					
ご飯						ご飯						ご飯						ご飯						ご飯						ご飯						
パン	●	●	●			パン	●	●	●			パン	●	●	●			パン	●	●	●			パン	●	●	●			パン	●	●	●			
ふりかけ	●	●	●			ふりかけ	●	●	●			ふりかけ	●	●	●			ふりかけ	●	●	●			ふりかけ	●	●	●			ふりかけ	●	●	●			
納豆	●					納豆	●					納豆	●					納豆	●					納豆	●					納豆	●					
ジャム						ジャム						ジャム						ジャム						ジャム						ジャム						
マーガリン				●		マーガリン			●			マーガリン			●			マーガリン			●			マーガリン			●			マーガリン			●			
フリードリンク				●		フリードリンク			●			フリードリンク			●			フリードリンク			●			フリードリンク			●			フリードリンク			●			
昼食	ゆかりご飯						夏野菜カレー	●	●				枝豆ご飯	●	●				ゆかりご飯	●	●				ハヤシライス	●	●				枝豆ご飯	●	●			
	焼きうどん (ソース)	●					スパゲッティミートソース	●	●				スパゲッティ赤しそ風味	●	●				スパゲッティナポリタン	●	●	●			和風スパゲティ	●	●	●			ベベロンチーノスパゲティ	●	●	●		
	ほうれん草と玉葱のスープ	●		●			野菜のチキンスープ	●	●				肉入りコロッケ	●	●				ほうれん草スープ	●	●	●			野菜のチキンスープ	●	●	●			コーンとわかめのスープ	●	●	●		
	イカカツ	●					肉入りコロッケ	●	●				白身フライ	●	●				竹輪の磯辺揚げ	●	●	●			野菜コロッケ	●	●	●			揚げ焼売	●	●	●		
	肉野菜炒め	●					ハンパンチー (棒々鶏)	●	●				レンコンと厚揚げの味噌炒め	●	●				厚揚げと竹の子のうま煮	●	●	●			ピビンバ炒め	●	●	●			厚揚げと野菜の生姜煮	●	●	●		
	ソーセージとキャベツのフレンチサラダ		●	●			そら豆とコーンのマヨ和え	●					枝豆と春雨の中華和え	●					春雨マヨサラダ	●					ポテトサラダ	●	●	●			レンコンサラダ	●				
	コールスロー						コールスロー						コールスロー						コールスロー						コールスロー						コールスロー					
	カーネルコーン						カーネルコーン						カーネルコーン						カーネルコーン						カーネルコーン						カーネルコーン					
	千切り大根						千切り大根						千切り大根						もやし						千切り大根						もやし					
	クリンクルキャロット						クリンクルキャロット						クリンクルキャロット						わかめ						クリンクルキャロット						わかめ					
つぼ漬け	●					福神漬け	●					つぼ漬け	●					つぼ漬け	●					福神漬け	●					つぼ漬け	●					
ご飯						ご飯						ご飯						ご飯						ご飯						ご飯						
フリードリンク						フリードリンク						フリードリンク						フリードリンク						フリードリンク						フリードリンク						
夕食	わかめご飯	●					枝豆ご飯	●					五目ご飯	●					わかめご飯	●	●				枝豆ご飯	●					五目ご飯	●				
	冷やしたぬき	●					ゆず胡椒風味スパゲティ	●	●				豚肉と野菜のビーフン	●	●				冷やし中華	●	●	●			ブルコギうどん	●	●	●			夏野菜ビーフン	●	●	●		
	コーンとわかめのスープ	●		●			わかめと人参の中華スープ	●	●				春雨とわかめのスープ	●	●	●			キャベツと人参のスープ	●	●	●			コンソメスープ	●	●	●			玉葱ともよしのスープ	●	●	●		
	照焼きハンバーグ	●		●			メンチカツ	●	●				夏野菜グラタン	●	●	●			ハンバーグ大根おろしソース	●	●	●			メンチカツ	●	●	●			ポテトグラタン	●	●	●		
	アジフライ	●					野菜炒め	●					根野菜の煮物	●	●				白身フライ	●	●				大根のそぼろあん	●	●	●			ツナじゃが	●	●	●		
	京がんもの煮物	●					マカロニグラタン	●	●				チキンカツ	●	●	●			肉じゃが	●	●				ザーサイ冷奴	●	●	●			ナスの肉詰めフライ	●	●	●		
	アスパラとキャベツのソテー						ラタトゥイユの香草グラタン	●	●				もよしの胡麻和え	●	●				青菜と玉葱塩炒め	●	●				オクラの土佐和え	●	●	●			枝豆のツナマヨ	●	●	●		
	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	●					フライドポテト	●				
	コールスロー						コールスロー						コールスロー						コールスロー						コールスロー						コールスロー					
	カリフラワー						カーネルコーン						カリフラワー						カーネルコーン						カリフラワー						カーネルコーン					
わかめ						クリンクルキャロット						わかめ						クリンクルキャロット						わかめ						クリンクルキャロット						
いんげん						千切り大根						いんげん						千切り大根						いんげん						千切り大根						
蒟蒻ピーチゼリー						蒟蒻オレンジゼリー						グレープフルーツゼリー						蒟蒻ピーチゼリー						蒟蒻オレンジゼリー						グレープフルーツゼリー						
つぼ漬け	●					つぼ漬け	●					つぼ漬け	●					つぼ漬け	●					つぼ漬け	●					つぼ漬け	●					
ご飯						ご飯						ご飯						ご飯						ご飯						ご飯						
フリードリンク						フリードリンク						フリードリンク						フリードリンク						フリードリンク						フリードリンク						
日付	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					6.12.18.24.30										