

手賀の丘少年自然の家 2019年夏季食堂メニュー&7大アレルギー表

	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												
		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	ご飯							ご飯							ご飯													
	ロールパン	●	●	●				ロールパン	●	●	●				ロールパン	●	●	●				●	●	●				
	キャベツと椎茸の味噌汁							玉ねぎと油揚げの味噌汁							ほうれん草と人参の味噌汁													
	ハム野菜炒め		●	●				鯖の塩焼き							チリコンカン	●		●				●		●				
	トマトスクランブル		●	●				肉野菜炒め	●						照焼き肉団子	●	●	●				●	●	●				
	もやし中華浸し	●						切干大根煮	●						キャベツと竹輪の白胡麻和え		●						●					
	コールスロー							コールスロー							コールスロー													
	ブロッコリー							もやし							いんげん													
	オニオンスライス							カーネルコーン							カリフラワー													
	ミックスベジタブル							クリンクルキャロット							ヤングコーン													
	梅干し							梅干し							梅干し													
	たくあん							たくあん							たくあん													
	ふりかけ	●	●	●				ふりかけ	●	●	●				ふりかけ	●	●	●				●	●	●				
	納豆	●						納豆	●						納豆	●						●						
	ジャム							ジャム							ジャム													
マーガリン				●			マーガリン				●			マーガリン				●						●				
牛乳			●				牛乳			●				牛乳			●						●					
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							ハヤシライス	●						五目ご飯	●						●						
	スパゲティミートソース	●		●				ペペロンチーノスパゲッティ	●						スパゲッティ赤しそ風味	●			●			●		●				
	コンソメ野菜スープ	●		●				野菜のチキンスープ	●		●				玉葱のスープ	●			●			●		●				
	揚げ焼売	●		●				白身魚フライ	●						肉入りコロッケ	●	●	●				●	●	●				
	肉野菜炒め	●						バンバンチー(棒々鶏)	●						レンコンと厚揚げの味噌炒め	●			●			●		●				
	コーンポテトソテー	●		●				ラタトゥイユの香草グラタン	●		●				枝豆と春雨の中華和え	●						●						
	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							ヤングコーン							ブロッコリー													
	千切り大根							カリフラワー							オニオンスライス													
	クリンクルキャロット							いんげん							ミックスベジタブル													
	つば漬け	●						つば漬け	●						つば漬け	●						●						
	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			●						●				
	夕食	ご飯							ご飯							ご飯												
		冷やし中華	●	●	●				オイスター焼きそば	●	●					冷やしたぬきうどん	●						●					
コーンとわかめのスープ		●		●				わかめと人参のスープ	●		●				トマトとオニオンのスープ	●			●			●		●				
ハンバーグデミソース		●		●				豚の生姜焼き	●						回鍋肉	●						●						
アジフライ		●						大豆ミートの麻婆豆腐	●						鯖のコーンマヨ焼き	●	●	●				●	●	●				
マカロニグラタン		●		●				チキンカツ	●	●	●				メンチカツ	●			●			●		●				
アスパラとキャベツのソテー								そら豆とコーンの青じそ和え	●						オクラの土佐和え	●						●						
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													
カリフラワー								カーネルコーン							もやし													
ヤングコーン								オニオンスライス							カリフラワー													
いんげん								ブロッコリー							クリンクルキャロット													
蒟蒻ピーチゼリー								グレープフルーツゼリー							蒟蒻オレンジゼリー													
つば漬け		●						つば漬け	●						つば漬け	●						●						
フリードリンク				●				フリードリンク			●				フリードリンク			●						●				
6月	1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28						2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29						3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 30															
7月	1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31						2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29						3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 30															
8月	3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 30						1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31						2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29															