

手賀の丘少年自然の家 5月メニュー 7大アレルゲン表

2019年1月25日

| | 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 | 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 | さばの塩焼き | | | | | | さけの塩焼き | | | | | | ハム野菜炒め | | | | | | さばの塩焼き | | | | | | さけの塩焼き | | | | | | ハム野菜炒め | | | | | |
| | ほうれん草スクランブル | | ● | ● | | | オニオンクランブル | | | ● | ● | | 照焼き肉団子 | | ● | ● | ● | | ほうれん草スクランブル | | | ● | ● | | オニオンクランブル | | | ● | ● | | 照焼き肉団子 | | | ● | ● | |
| | 切干大根煮 | ● | | | | | ひじきと白滝の煮物 | ● | | | | | きんぴら | ● | | | | | 切干大根煮 | ● | | | | | ひじきと白滝の煮物 | ● | | | | | きんぴら | ● | | | | |
| | キャベツと椎茸の味噌汁 | | | | | | 大根とわかめの味噌汁 | | | | | | もやしとほうれん草の味噌汁 | | | | | | キャベツと椎茸の味噌汁 | | | | | | 大根とわかめの味噌汁 | | | | | | もやしとほうれん草の味噌汁 | | | | | |
| | 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 | | | | | | もやし | | | | | | いんげん | | | | | | 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 | | | | | | 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 | | | | | | わかめ | | | | | | ミックスベジタブル | | | | | | クリンクルキャロット | | | | | | わかめ | | | | | |
| | 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 | ポークカレー | ● | | ● | | | ゆかりご飯 | | | | | | 竹の子ご飯 | ● | | | | | ポークカレー | ● | | ● | | | ゆかりご飯 | | | | | | 竹の子ご飯 | ● | | | | |
| | トマトスパゲティ | ● | | ● | | | 塩焼きそば | ● | ● | | | | ソース焼きそば | ● | ● | | | | トマトスパゲティ | ● | | ● | | | 塩焼きそば | ● | ● | | | | ソース焼きそば | ● | ● | | | |
| | ほうれん草とコーンのスープ | ● | | | | | キャベツと人参のスープ | ● | | | | | コンソメ野菜スープ | ● | | | | | ほうれん草とコーンのスープ | ● | | | | | キャベツと人参のスープ | ● | | | | | コンソメ野菜スープ | ● | | | | |
| | 肉入りコロッケ | ● | ● | ● | | | 竹輪の磯辺揚げ | ● | ● | | | | 白身フライ | ● | | | | | 肉入りコロッケ | ● | ● | ● | | | 竹輪の磯辺揚げ | ● | ● | | | | 白身フライ | ● | | | | |
| | 厚揚げと筍の旨煮 | ● | | | | | 肉じゃが | ● | | | | | 鶏すき煮豆腐 | ● | | | | | 厚揚げと筍の旨煮 | ● | | | | | 肉じゃが | ● | | | | | 鶏すき煮豆腐 | ● | | | | |
| | 菜の花ともやしのごま和え | ● | | | | | ほうれん草の胡麻和え | ● | | | | | 小松菜のおひたし | ● | | | | | 菜の花ともやしのごま和え | ● | | | | | ほうれん草の胡麻和え | ● | | | | | 小松菜のおひたし | ● | | | | |
| | 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 | | | | | | わかめ | | | | | | ブロッコリー | | | | | | カーネルコーン | | | | | | わかめ | | | | | | 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 | | | | | | 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 | | | | | | クリンクルキャロット | | | | | | いんげん | | | | | | ミックスベジタブル | | | | | |
| | 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 | ご飯 | | | | | | ご飯 | | | | | | ご飯 | | | | | | ご飯 | | | | | | ご飯 | | | | | | ご飯 | | | | | |
| | マカロニグラタン | ● | | ● | | | 菜の花入り和風スパゲティ | ● | ● | | | | 豚肉と野菜のビーフン | ● | | | | | マカロニグラタン | ● | | ● | | | 菜の花入り和風スパゲティ | ● | ● | | | | 豚肉と野菜のビーフン | ● | | | | |
| | コーンとわかめのスープ | ● | | | | | トマトスープ | ● | | | | | きくらげと椎茸のスープ | ● | | | | | コーンとわかめのスープ | ● | | | | | トマトスープ | ● | | | | | きくらげと椎茸のスープ | ● | | | | |
| | チキンカツ | ● | ● | ● | | | メンチカツ | ● | ● | | | | アジフライ | ● | | | | | チキンカツ | ● | ● | ● | | | メンチカツ | ● | ● | | | | アジフライ | ● | | | | |
| | 鯖の味噌煮 | ● | | | | | 鶏のクリーム煮 | ● | ● | | | | 照焼きハンバーグ | ● | | ● | | | 鯖の味噌煮 | ● | | | | | 鶏のクリーム煮 | ● | ● | | | | 照焼きハンバーグ | ● | | ● | | |
| | 豚肉の生姜焼き | ● | | | | | 厚揚げと野菜の生姜煮 | ● | | | | | 肉野菜炒め | ● | | | | | 豚肉の生姜焼き | ● | | | | | 厚揚げと野菜の生姜煮 | ● | | | | | 肉野菜炒め | ● | | | | |
| | もやしとほうれん草のナムル | | | | | | もやしのごま風味和え | ● | | | | | キャベツと竹輪の白胡麻和え | ● | ● | | | | もやしとほうれん草のナムル | | | | | | もやしのごま風味和え | ● | | | | | キャベツと竹輪の白胡麻和え | ● | ● | | | |
| | 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 | ● | | | | |
| | 青りんごゼリー | | | | | | グレープフルーツゼリー | | | | | | いちごゼリー | | | | | | 青りんごゼリー | | | | | | グレープフルーツゼリー | | | | | | いちごゼリー | | | | | |
| | 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 | | | | | | コールスロー | | | | | |
| | カリフラワー | | | | | | カーネルコーン | | | | | | もやし | | | | | | カリフラワー | | | | | | カーネルコーン | | | | | | もやし | | | | | |
| | わかめ | | | | | | オニオンスライス | | | | | | カリフラワー | | | | | | わかめ | | | | | | 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 | | | | | | いんげん | | | | | | ブロッコリー | | | | | | クリンクルキャロット | | | | | |
| 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 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