

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
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									