

手賀の丘少年自然の家 2019年秋食堂メニュー&7大アレルゲン表

	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						
		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	●	●	●					
	照焼肉団子	●	●	●				鯖の塩焼き								鯖の塩焼き								
	和風スクランブルエッグ		●					大豆ミートスクランブル	●	●						ジャーマンスクランブル	●	●	●					
	きのこもやし中華和え	●						きんぴらごぼう	●							切干大根煮	●							
	ほうれん草と人参の味噌汁							キャベツと油揚げの味噌汁								もやしとしいたけの味噌汁								
	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	●							
いちごジャム							いちごジャム								いちごジャム									
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	鶏そぼろご飯	●	●					きのこハヤシ	●							ゆかりご飯								
	マカロニグラタン	●		●				スパゲティナポリタン	●		●					ソース焼きそば	●	●						
	キャベツと椎茸のスープ			●				ほうれん草とコーンのスープ			●					野菜のチキンスープ			●					
	白身魚フライ	●						野菜コロッケ	●	●	●					竹輪の磯部揚げ	●	●						
	大豆ミートの麻婆豆腐	●						豚肉とニンニクの芽炒め	●							鶏肉とじゃが芋の煮物	●							
	さつま芋のレモン煮							ハンサンスー(中華和え物)	●							ほうれん草の胡麻和え	●							
	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								
	つぼ漬け	●						つぼ漬け	●							つぼ漬け	●							
	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	和風きのこスパゲティ	●		●				南瓜のマカロニグラタン	●		●					塩焼きそば	●	●	●				
キャベツと椎茸の味噌汁				●				小松菜と人参の味噌汁								玉葱と油揚げの味噌汁								
キャベツメンチカツ		●		●				鶏の唐揚げ	●							アジフライ	●							
鯖のカレーマヨ焼き			●					厚揚げと野菜の生姜煮	●							ハンバーグデミソース	●		●					
回鍋肉		●						野菜炒め	●							厚揚げのグラタン	●		●					
小松菜のおひたし		●						春雨マヨサラダ		●						もやしとほうれん草のナムル								
フライドポテト		●						フライドポテト	●							フライドポテト	●							
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								
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								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								
つぼ漬け		●						つぼ漬け	●							つぼ漬け	●							
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									
9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									
10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									
11月	3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 30							1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28							2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29									