

手賀の丘少年自然の家 2020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	●	●	●				
	マスの塩焼き								照焼肉団子	●	●	●					コロッケ	●	●	●				
	厚焼き玉子	●	●	●					サバの塩焼き								オムレツ	●	●	●				
	玉ねぎとほうれん草の味噌汁								もやしと椎茸の味噌汁								小松菜と油揚げの味噌汁							
	コールスロー								コールスロー								コールスロー							
	ブロッコリー								ブロッコリー								ブロッコリー							
	カリフラワー								カリフラワー								カリフラワー							
	梅干し								梅干し								梅干し							
	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	ひじき御飯	●							ハヤシライス	●							五目御飯	●						
	野菜の子キンスープ			●					ポテトと人参のスープ			●					玉ねぎスープ			●				
	蒸し焼売	●		●					肉じゃがコロッケ	●							チキンカツ	●	●	●				
	メンチカツ	●		●					豚生姜焼き	●							豚肉とニンニクの芽炒め	●		●				
	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							
	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							
	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	小松菜と人参の味噌汁								玉葱とインゲンの味噌汁								もやしとほうれん草の味噌汁						
トンカツ		●	●	●					春巻	●							鶏の唐揚げ	●						
照焼チキン		●							ハンバーグデミソース	●		●					さわらの照り焼き	●						
フライドポテト		●							フライドポテト	●							フライドポテト	●						
みかんゼリー									みかんゼリー								みかんゼリー							
コールスロー									コールスロー								コールスロー							
ブロッコリー									ブロッコリー								ブロッコリー							
ポテトサラダ		●	●	●					ポテトサラダ	●	●	●					ポテトサラダ	●	●	●				
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									

サラダ用：和風ドレッシング（小袋）アレルゲン小麦