

手賀の丘青少年自然の家 2025年 冬 食堂メニュー&8大アレルゲン表

	NO. 1	8大アレルゲン							NO. 2	8大アレルゲン							NO. 3	8大アレルゲン								
		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに		くるみ	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび		かに	くるみ	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	●		●					
	ミートボール	●	●	●					ポイルウインナー									チキンナゲット	●	●	●					
	オムレツ	●	●	●					オムレツ	●	●	●						オムレツ	●	●	●					
	ひじき煮	●							卵の花	●								切干大根	●							
	ごぼうの味噌汁								たまねぎの味噌汁									白菜の味噌汁								
	千切りキャベツ								千切りキャベツ									千切りキャベツ								
	カリフラワー								カリフラワー									カリフラワー								
	ビーンズミックス								ビーンズミックス									ビーンズミックス								
	つぼ漬け								つぼ漬け									つぼ漬け								
	納豆	●							納豆	●								納豆	●							
	いちごジャム								いちごジャム									いちごジャム								
	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	五目まぜご飯	●							ハヤシライス	●								菜めし								
	わかめスープ								トマトスープ									コーン入り中華スープ								
	ソース焼きそば	●							醤油焼きそば	●								ガーリックパスタ	●							
	メンチカツ	●		●					コーンフライ	●								ピーマン肉詰め	●							
	厚揚げの煮物								かぼちゃの煮物									もやし香味和え								
	千切りキャベツ								千切りキャベツ									千切りキャベツ								
	ヤングコーン								ヤングコーン									ヤングコーン								
	オクラ								オクラ									オクラ								
	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	大根の味噌汁								ほうれん草の味噌汁									わかめの味噌汁								
	アジフライ	●							ささみしそ巻きフライ	●								ハムカツ	●	●	●					
	照り焼きハンバーグ	●		●					甘酢肉団子	●	●	●						デミグラスソースハンバーグ	●	●	●					
	ミートソースパスタ	●		●					ソース焼きうどん	●								スパゲティナポリタン	●							
	さつま芋のレモン煮								肉豆腐	●								大根と牛すじの煮物	●							
	フライドポテト								フライドポテト									フライドポテト								
	蒟蒻オレンジゼリー								いちごゼリー									蒟蒻ぶどうゼリー								
	千切りキャベツ								千切りキャベツ									千切りキャベツ								
	ブロッコリー								ブロッコリー									ブロッコリー								
	枝豆								枝豆									枝豆								
	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			●					
1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											
2月	3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27							1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28							2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26											
3月	2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29							3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27							1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31											

調味料	7大アレルゲン						
	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
イタリアンドレッシング							
しょうゆ	●						
中濃ソース							