

手賀の丘青少年自然の家 2025年 冬 食堂メニュー&8大アレルギー表

	NO. 1	8大アレルギー							NO. 2	8大アレルギー							NO. 3	8大アレルギー									
		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	くるみ
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	●	●	●					ボイルウインナー									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									
	たくあん								たくあん									たくあん									
	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									
	たくあん								たくあん									たくあん									
	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大アレルギー						
	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							

1月9日 つぼ漬け→たくあんに変更