

小見川少年自然の家 春メニュー 7大アレルゲン表 No.1~No.3

| | 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 | さばの塩焼き | | | | | | | | 蒸ししゅうまい | ● | | ● | | | | | | ポイルウインナー | | | ● | | | | | |
| | ミートオムレツ | | ● | | | | | | オムレツ | | ● | | | | | | | ミートオムレツ | | ● | | | | | | |
| | 金平ごぼう | ● | | | | | | | 切干大根の炒め煮 | ● | | | | | | | | ひじきの煮物 | ● | | | | | | | |
| | 納豆 | ● | | | | | | | 納豆 | ● | | | | | | | | 納豆 | ● | | | | | | | |
| | 味噌汁 (大根と油揚げ) | | | | | | | | 味噌汁 (いんげんとなめこ) | | | | | | | | | 味噌汁 (白菜と椎茸) | | | | | | | | |
| | コールスロー (ゆずドレッシング) | ● | | | | | | | コールスロー (サウザンドレッシング) | ● | ● | | | | | | | コールスロー (ゆずドレッシング) | ● | | | | | | | |
| | ご飯 | | | | | | | | ご飯 | | | | | | | | | ご飯 | | | | | | | | |
| | 桜漬け | | | | | | | | 桜漬け | | | | | | | | | 桜漬け | | | | | | | | |
| | ふりかけ (かつお) | ● | | ● | | | | | ふりかけ (かつお) | ● | | ● | | | | | | ふりかけ (かつお) | ● | | ● | | | | | |
| | 味付けのり | ● | | ● | | | ● | | 味付けのり | ● | | ● | | | ● | | | 味付けのり | ● | | ● | | | | ● | |
| 牛乳 | | | ● | | | | | 牛乳 | | | ● | | | | | | 牛乳 | | | ● | | | | | | |
| グレープフルーツ | | | | | | | | グレープフルーツ | | | | | | | | | グレープフルーツ | | | | | | | | | |
| 昼食 | 中華丼 | ● | | | | | ● | | キーマカレー丼 | ● | | ● | | | | | | 牛丼 | ● | | | | | | | |
| | 菜の花入り和風スパゲティー | ● | | ● | | | | | 春雨ともやしの塩炒め | ● | | | | | | | | 桜海老のビーフン | ● | | | | | | ● | |
| | コロッケ | ● | ● | | | | | | アジフライ | ● | | | | | | | | メンチカツ | ● | | ● | | | | | |
| | 蒸し鶏ともやしの胡麻和え | ● | | | | | | | 小松菜の白和え | ● | | | | | | | | ブロッコリーのカニかま和え | ● | ● | ● | | | | ● | ● |
| | 中華スープ (卵とわかめ) | ● | ● | ● | | | | | コンソメスープ (コーンとわかめ) | ● | | ● | | | | | | すまし汁 (三つ葉とわかめと巻麩) | ● | | | | | | | |
| | コールスロー (サウザンドレッシング) | ● | ● | | | | | | コールスロー (ゆずドレッシング) | ● | | | | | | | | コールスロー (サウザンドレッシング) | ● | ● | | | | | | |
| | 赤かっぱ漬け | ● | | | | | | | 赤かっぱ漬け | ● | | | | | | | | 赤かっぱ漬け | ● | | | | | | | |
| | みかんゼリー | ● | | | | | | | みかんゼリー | ● | | | | | | | | みかんゼリー | ● | | | | | | | |
| 夕食 | 豚肉の生姜焼き | ● | | | | | | | 卵とキクラゲのオイスター炒め | ● | ● | | | | | | | ほうれん草ときのこのソテー | ● | ● | ● | | | | | |
| | 春巻 | ● | | | | ● | | | とんかつ | ● | ● | | | | | | | 目玉焼きフライ | ● | ● | | | | | | |
| | 照り焼きハンバーグ | ● | | ● | | | | | マカロニグラタン | ● | ● | ● | | | | | | 照り焼きチキン | ● | | | | | | | |
| | ブロッコリーとコーンのマヨ和え | ● | ● | ● | | | | | 竹の子の土佐和え | ● | | | | | | | | 枝豆のツナマヨ | ● | ● | | | | | | |
| | すまし汁 (ひじきと巻麩) | ● | | | | | | | 中華スープ (大根と人参) | ● | | ● | | | | | | コンソメスープ (キャベツと人参) | ● | | ● | | | | | |
| | コールスロー (ゆずドレッシング) | ● | | | | | | | コールスロー (サウザンドレッシング) | ● | ● | | | | | | | コールスロー (ゆずドレッシング) | ● | | | | | | | |
| | ご飯 | | | | | | | | ご飯 | | | | | | | | | ご飯 | | | | | | | | |
| | つぼ漬け | ● | | | | | | | つぼ漬け | ● | | | | | | | | つぼ漬け | ● | | | | | | | |
| みかんゼリー | | | | | | | | みかんゼリー | | | | | | | | | みかんゼリー | | | | | | | | | |

| | ドレッシング類 | 7大アレルゲン | | | | | | |
|--|--------------|---------|---|---|----|-----|----|----|
| | | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | えび | かに |
| | ゆずしょうゆドレッシング | ● | | | | | | |
| | サウザンドレッシング | ● | ● | | | | | |
| | マヨネーズ | | ● | | | | | |
| | ケチャップ | | | | | | | |
| | ソース | | | | | | | |
| | しょうゆ | ● | | | | | | |