

小見川青少年自然の家 1月～3月メニュー 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	肉団子の甘酢	●	●	●					鯖の塩焼き	●	●						ポイルウインナー	●	●	●				
	オムレツ	●	●	●					厚焼き卵	●	●						スクランブルエッグ	●	●	●				
	鶏五目豆	●							レンコンきんぴら	●							筍の土佐煮	●		●				
	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（ごましょうゆドレッシング）	●							コールスロー（ごましょうゆドレッシング）	●							コールスロー（ごましょうゆドレッシング）	●						
	ご飯								ご飯								ご飯							
	桜漬け								桜漬け								桜漬け							
昼食	ふりかけ（かつお）	●		●					ふりかけ（かつお）	●		●					ふりかけ（かつお）	●		●				
	ヨーグルト			●					ヨーグルト			●					ヨーグルト			●				
	野菜コロッケ	●	●						味噌カツ	●	●	●					白身魚フライ	●						
	ハンバーグデミソース	●		●					豆腐ハンバーグ	●		●					鶏つくねハンバーグ	●	●	●				
	ふきと筍の塩きんぴら	●							十品目のうま煮	●							切り昆布煮	●						
	ポテトサラダ	●	●	●					マカロニサラダ	●	●	●					スパゲティサラダ	●	●	●				
	コンソメスープ（コーンとわかめ）	●		●					味噌汁（わかめと油揚げ）								すまし汁（小松菜と人参）	●						
	コールスロー（イタリアンドレッシング）								コールスロー（イタリアンドレッシング）								コールスロー（イタリアンドレッシング）							
夕食	ご飯								ご飯								ご飯							
	かっぱ漬け	●							かっぱ漬け	●							かっぱ漬け	●						
	ふりかけ（たまご）	●	●	●					ふりかけ（たまご）	●	●	●					ふりかけ（たまご）	●	●	●				
	グレープゼリー								グレープゼリー								グレープゼリー							
	アジフライ	●							鶏の唐揚げ	●	●						イカフライ	●						
	蒸ししゅうまい	●		●					海鮮イカ団子のあんかけ	●	●						餃子	●						
	スパゲティミートソース	●		●					ソース焼きそば	●							蒸し鶏ときのこの和風パスタ	●						
	豆サラダ	●	●	●					かぼちゃサラダ	●	●	●					さつまいもサラダ	●	●	●				
朝食	すまし汁（ひじきと三つ葉）	●							中華スープ（チンゲン菜と人参）								味噌汁（玉ねぎと油揚げ）							
	コールスロー（コールスロードレッシング）		●						コールスロー（コールスロードレッシング）		●						コールスロー（コールスロードレッシング）			●				
	ご飯								ご飯								ご飯							
	つぼ漬け	●							つぼ漬け	●							つぼ漬け	●						
	ふりかけ（鮭）	●		●					ふりかけ（鮭）	●		●					ふりかけ（鮭）	●		●				
	プリン			●					プリン			●					プリン			●				

		7大アレルゲン						
		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
ドレッシング類	ごましょうゆドレッシング	●						
	イタリアンドレッシング							
	コールスロードレッシング		●					
	ケチャップ							
	ソース							
	しょうゆ	●						

※仕入れ状況によりアレルゲンが変更になる場合がございます。ご了承ください。

アレルゲンに変更があった場合はお知らせいたします。

コンパスグループ・ジャパン株式会社