

小見川青少年自然の家 4月～6月メニュー 7大アレルギー表 No.1～No.3

| | NO. 1 | 7大アレルギー | | | | | | | NO. 2 | 7大アレルギー | | | | | | | NO. 3 | 7大アレルギー | | | | | | | | |
|-------------------|--------------------|---------|---|---|----|-----|----|----------------|-----------------|---------|---|---|----|-----|----|----|------------------|------------------|---|---|----|-----|----|----|--|--|
| | | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 蕎麦生 | えび | かに | | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 蕎麦生 | えび | かに | | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 蕎麦生 | えび | かに | | |
| 朝食 | 肉団子の甘酢 | ● | ● | ● | | | | | 鮭の塩焼き | | | | | | | | | ポイルウインナー | | | ● | | | | | |
| | オムレツ | ● | ● | ● | | | | | 目玉焼き | | ● | ● | | | | | | スクランブルエッグ | ● | ● | ● | | | | | |
| | ひじきの煮物 | ● | | | | | | | きんぴらごぼう | ● | | | | | | | | 切干大根 | ● | | | | | | | |
| | 春雨サラダ | | | | | | | | ポテトサラダ | ● | ● | ● | | | | | | マカロニサラダ | ● | ● | ● | | | | | |
| | 納豆 | ● | | | | | | | 納豆 | ● | | | | | | | | 納豆 | ● | | | | | | | |
| | 味噌汁（玉葱と椎茸） | | | | | | | | 味噌汁（キャベツとわかめ） | | | | | | | | | 味噌汁（白菜と人参） | | | | | | | | |
| | キャベツミックス | | | | | | | | キャベツミックス | | | | | | | | | キャベツミックス | | | | | | | | |
| | パン（ジャム・マーガリン） | ● | | ● | | | | | パン（ジャム・マーガリン） | ● | | ● | | | | | | パン（ジャム・マーガリン） | ● | | ● | | | | | |
| | ご飯 | | | | | | | | ご飯 | | | | | | | | | ご飯 | | | | | | | | |
| | 桜漬け | | | | | | | | 桜漬け | | | | | | | | | 桜漬け | | | | | | | | |
| ふりかけ（鮭・かつお） | ● | | ● | | | | | ふりかけ（鮭・かつお） | ● | | ● | | | | | | ふりかけ（鮭・かつお） | ● | | ● | | | | | | |
| ヨーグルト★お1人様1つまで | | | ● | | | | | ヨーグルト★お1人様1つまで | | | ● | | | | | | ヨーグルト★お1人様1つまで | | | ● | | | | | | |
| 昼食 | 山菜ごはん | ● | | | | | | | ひじきわかめご飯 | ● | | | | | | | | 鮭高菜ご飯 | ● | | | | | | | |
| | 菜の花入り和風スパゲティー | ● | | ● | | | | | スパゲティボリタン | ● | ● | ● | | | | | | ツナ入りスパゲティー | ● | | ● | | | | | |
| | チキンカツ | ● | ● | ● | | | | | 豚モトカツ | ● | ● | ● | | | | | | 白身魚フライ | ● | | | | | | | |
| | ふきと筍の塩きんぴら | ● | | | | | | | 十品目のうま煮 | ● | | | | | | | | 切り昆布煮 | ● | | | | | | | |
| | わかめとツナの和え物 | ● | | | | | | | 蒸し鶏とキャベツの和え物 | ● | | | | | | | | コーンとブロッコリーのマヨソース | | | ● | | | | | |
| | キャベツミックス | | | | | | | | キャベツミックス | | | | | | | | | キャベツミックス | | | | | | | | |
| | ポテトと人参のスープ | | | | | | | | オニオンスープ | | | | | | | | | きくらげと椎茸のスープ | | | | | | | | |
| | かっぱ漬け | ● | | | | | | | かっぱ漬け | ● | | | | | | | | かっぱ漬け | ● | | | | | | | |
| | ふりかけ（鮭・かつお） | ● | | ● | | | | | ふりかけ（鮭・かつお） | ● | | ● | | | | | | ふりかけ（鮭・かつお） | ● | | ● | | | | | |
| | プチシュークリーム★お1人様1つまで | ● | ● | ● | | | | | ミニたい焼き★お1人様1つまで | ● | | | | | | | | ココアワッフル★お1人様1つまで | ● | ● | ● | | | | | |
| 夕食 | 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 | ● | | | | | | | |
| | アジフライ | ● | | | | | | | 鶏の唐揚げ | ● | ● | | | | | | | メンチカツ | ● | | ● | | | | | |
| | 照り焼きハンバーグ | ● | | ● | | | | | 鯖の塩こうじ焼 | ● | | | | | | | | 豆腐ハンバーグ | ● | | ● | | | | | |
| | 筍の土佐煮 | ● | | ● | | | | | さつま揚げと根菜の煮物 | ● | | | | | | | | 筑前煮 | ● | | ● | | | | | |
| | 豆サラダ | ● | ● | ● | | | | | かぼちゃサラダ | ● | ● | ● | | | | | | さつまいもサラダ | ● | ● | ● | | | | | |
| | キャベツミックス | | | | | | | | キャベツミックス | | | | | | | | | キャベツミックス | | | | | | | | |
| | じゃが芋とわかめの味噌汁 | | | | | | | | 小松菜と人参の味噌汁 | | | | | | | | | ほうれん草と玉葱の味噌汁 | | | | | | | | |
| | ご飯 | | | | | | | | ご飯 | | | | | | | | | ご飯 | | | | | | | | |
| | つぼ漬け | ● | | | | | | | つぼ漬け | ● | | | | | | | | つぼ漬け | ● | | | | | | | |
| | ふりかけ（鮭・かつお） | ● | | ● | | | | | ふりかけ（鮭・かつお） | ● | | ● | | | | | | ふりかけ（鮭・かつお） | ● | | ● | | | | | |
| マスカットゼリー★お1人様1つまで | | | | | | | | プリン★お1人様1つまで | | | ● | | | | | | グレープゼリー★お1人様1つまで | | | | | | | | | |

| | 7大アレルギー | | | | | | |
|--------------|---------|---|---|----|-----|----|----|
| | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 蕎麦生 | 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 | | ● | | | | | |
| マヨネーズ | | ● | | | | | |
| ケチャップ | | | | | | | |
| ソース | | | | | | | |
| しょうゆ | ● | | | | | | |

※仕入れ状況によりアレルギーが変更になる場合がございます。ご了承ください。

アレルギー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