

# 小見川青少年自然の家 7月～9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	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	ミートボール	●	●	●					ポイルウインナー	●		●						鯖塩焼き							
	スクランブルエッグ	●	●	●					オムレツ	●	●	●						ミックススクランブルエッグ	●	●	●				
	ひじきの煮物	●							切干大根煮	●								きんぴらごぼう	●						
	三種豆とマカロニのサラダ	●							ポテトサラダ	●	●	●						スパゲティサラダ	●	●	●				
	納豆	●							納豆	●								納豆	●						
	味噌汁（玉葱と人参）								味噌汁（キャベツとわかめ）									味噌汁（いんげんとじゃが芋）							
	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（イチゴジャム）	●		●					パン（イチゴジャム）	●		●						パン（イチゴジャム）	●		●				
	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	ご飯							ご飯										ご飯							
	豚肉と野菜のビーフン（カレー味）	●						塩焼きそば	●		●							刻み揚げ焼うどん	●						
	ピーマン肉詰めフライ	●						チキンカツ	●	●	●							コロッケ	●						
	枝豆とコーンのサラダ							春雨の中華和え										おくらのおかか和え	●						
	わかめツナ炒め							リヨネーズポテト										茄子の生姜醤油	●						
	ごぼうサラダ	●	●	●				ツナサラダ	●	●	●							さつま芋サラダ	●	●	●				
	キャベツミックス							キャベツミックス										キャベツミックス							
	味噌汁（じゃが芋とわかめ）							味噌汁（ほうれん草と玉ねぎ）										味噌汁（大根と人参）							
	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）	●		●				
こんにゃく寒天ゼリー（オレンジ味）							こんにゃく寒天ゼリー（ぶどう味）										こんにゃく寒天ゼリー（ピーチ味）								
夕食	スパゲティミートソース	●		●				ペペロンチーノスパゲティ	●									スパゲティー青しそ風味	●						
	アジフライ	●						ベーコンフライ	●	●	●							イワシ青のりフライ	●						
	ハンバーグ大根おろしソース	●		●				肉じゃが	●									照り焼き肉団子	●	●	●				
	キャベツとコーンの炒め							野菜カレーソーテー										ブロッコリーのトマト煮	●		●				
	春雨マヨサラダ		●					ひよこ豆のサラダ										マカロニサラダ	●	●	●				
	キャベツミックス							キャベツミックス										キャベツミックス							
	味噌汁（大根とインゲン）							味噌汁（小松菜と人参）										味噌汁（玉ねぎとわかめ）							
	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）	●		●				
イチゴゼリー							青りんごゼリー										グレープフルーツゼリー								

		7大アレルギー						
		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
ドレッシング類	和風ゆずドレッシング	●						
	イタリアンドレッシング							
	コールスロウドレッシング		●					
	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。