

日高青少年自然の家 5月メニュー 7大アレルギー表

日付	7大アレルギー							5月2・8・14・20・26日	7大アレルギー							5月3・9・15・21・27・日	7大アレルギー						
	小麦	卵	乳	そば	花生	えび	かに		小麦	卵	乳	そば	花生	えび	かに		小麦	卵	乳	そば	花生	えび	かに
5月1・7・13・19・25・31日	主食	ご飯						ご飯							ご飯								
		パン	●					パン	●						パン	●							
		卵粥		●				卵粥		●					卵粥		●						
	汁物	味噌汁						味噌汁							味噌汁								
		スープ	●					スープ	●						スープ	●							
	主菜	照焼き肉団子	●					肉野菜炒め	●						鱈の照焼き	●							
		厚焼き玉子	●	●				いり卵		●					厚焼き玉子	●	●						
		納豆	●					納豆	●						納豆	●							
	副菜	ひじきの煮物	●					金平ごぼう	●						切干大根煮	●							
		ほうれん草のツナマヨ和え	●	●				マカロニサラダ	●	●					ほうれん草ともやしのナムル	●							
5月2・8・14・20・26日	主食	ご飯						ご飯							ご飯								
		竹の子ご飯	●					焼飯	●						鮭わかめご飯	●							
	麺類	たぬき温麺	●					醤油ラーメン	●	●					きつねうどん	●							
		塩焼きそば	●	●				豚肉と野菜のビーフン	●						キムチ焼きそば	●	●					●	
	汁物	スープ	●					スープ	●						スープ	●							
	主菜	あじ磯辺フライ	●	●				肉入りコロッケ	●	●					ソーセイカツ	●	●						
		豚肉の生姜焼き	●					五目野菜の和風肉団子	●						ハンバーグトマトソース	●							
	副菜	じゃが芋のにんにくおかか和え	●					彩り野菜とベーコンのトマト煮	●						里芋のカレー煮	●							
		ナムルぜんまい	●					大根の梅マヨ和え	●						春雨の中華和え	●							
	サラダ	コールスロー						コールスロー							コールスロー								
5月3・9・15・21・27・日	主食	ご飯						ご飯							ご飯								
		焼うどん	●					オイスター風焼きそば	●	●					ツナと春野菜のペペロンチーノスパゲティ	●							
	汁物	味噌汁						味噌汁							味噌汁								
	主菜	照り焼きハンバーグ	●	●				カレーコロッケ	●	●					イカボールチリソース	●	●						
		カレールー	●	●				豚肉と野菜のキムチ炒め	●	●					回鍋肉	●							
	副菜	もやし中華	●					茄子の土佐煮	●						ロールキャベツのクリーム煮	●	●						
		フライドポテト	●					海苔ポテト	●						フライドポテト	●							
	サラダ	コールスロー						コールスロー							コールスロー								
		海藻サラダ						オニオンミックスベジタブル							海藻サラダ								
	漬物	漬物	●					漬物	●						漬物	●							
5月4・10・16・22・28日	主食	ご飯						ご飯							ご飯								
		パン	●					パン	●						パン	●							
	汁物	味噌汁						味噌汁							味噌汁								
	主菜	ハム野菜炒め	●	●				ウィンナーとオニオンのソテー	●						ベーコンの野菜炒め	●	●						
		オムレツ	●	●				ミックススクランブルエッグ	●	●					だし巻き玉子	●	●						
	副菜	納豆	●					納豆	●						納豆	●							
		青菜の煮浸し	●					卵の花	●						かぼちゃの旨煮	●							
	サラダ	スパゲティサラダ	●	●				ポテトサラダ	●	●					レンコンサラダ	●							
		コールスロー						コールスロー							コールスロー								
	漬物	漬物	●					漬物	●						漬物	●							
5月5・11・17・23・29日	主食	ご飯						ご飯							ご飯								
		枝豆ご飯	●					わかめひじきご飯	●						五目ご飯	●							
	麺類	味噌ラーメン	●	●				山菜そうめん	●						塩ラーメン	●	●						
	汁物	ナポリタンスパゲティ	●					ジャージャー麺	●	●					明太子スパゲティ	●							
	主菜	メンチカツ	●	●				焼売	●						春巻き	●	●					●	
	副菜	すき焼き風煮	●					揚げオムレツの野菜あん	●	●					ジンギスカン	●							
		アジアンほくほくポテト	●					鶏肉と野菜の旨煮	●						ロールキャベツ	●	●						
	サラダ	コーンと玉葱の彩りソテー	●					リヨネーズポテト	●						胡瓜とカニかまの中華風	●						●	
		コールスロー						コールスロー							コールスロー								
	漬物	漬物	●					漬物	●						漬物	●							
5月6・12・18・24・30日	主食	ご飯						ご飯							ご飯								
		マヨ風味焼きそば	●	●				もやしと春雨の中華炒め	●						ソース焼きそば	●	●						
	汁物	味噌汁						味噌汁							味噌汁								
	主菜	かぼちゃコロッケ	●	●				中華風肉団子	●	●					鮭のマヨ焼き	●	●						
		ポークチャップ	●					白身魚フライ	●	●					チキンカツ	●	●						
	副菜	大根そぼろ煮	●					ポトフ	●	●					青菜と人参のなめ茸和え	●							
		海苔ポテト	●					フライドポテト	●						海苔ポテト	●							
	サラダ	コールスロー						コールスロー							コールスロー								
		オニオンミックスベジタブル						海藻サラダ							オニオンミックスベジタブル								
	漬物	漬物	●					漬物	●						漬物	●							

仕入れの都合により、一部変更になる場合がございます。ご了承ください。