

日高青少年自然の家 10月メニュー 7大アレルギー表

日付	7大アレルギー						7大アレルギー						7大アレルギー																																									
	小麦	卵	乳	そば	豚肉	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	豚肉	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	豚肉	えび	かに																																	
10月1・7・13・19・25・31日	7大アレルギー						7大アレルギー						7大アレルギー																																									
10月2・8・14・20・26日	7大アレルギー						7大アレルギー						7大アレルギー																																									
10月3・9・15・21・27日	7大アレルギー						7大アレルギー						7大アレルギー																																									
10月4・10・16・22・28日	7大アレルギー						7大アレルギー						7大アレルギー																																									
10月5・11・17・23・29日	7大アレルギー						7大アレルギー						7大アレルギー																																									
10月6・12・18・24・30日	7大アレルギー						7大アレルギー						7大アレルギー																																									
10月1・7・13・19・25・31日	ご飯	パン	青菜粥	味噌汁	スープ	ハム野菜炒め	オムレツ	納豆	青菜の煮浸し	スパゲティサラダ	コールスロー	スナップえんどう	ヤングコーン	漬物	ふりかけ	味付け海苔	ジャム・マーガリン	フリードリンク	ご飯	パン	青菜粥	味噌汁	スープ	ウィンナーとオニオンのソテー	ミックススクランブルエッグ	納豆	卵の花	ポテトサラダ	コールスロー	ブロccoli	カリフラワー	漬物	ふりかけ	味付け海苔	ジャム・マーガリン	フリードリンク	ご飯	パン	青菜粥	味噌汁	スープ	ベーコンの野菜炒め	だし巻き玉子	納豆	かぼちゃの旨煮	レンコンサラダ	コールスロー	スナップえんどう	ヤングコーン	漬物	ふりかけ	味付け海苔	ジャム・マーガリン	フリードリンク
10月2・8・14・20・26日	ご飯	鮭わかめご飯	味噌ラーメン	ナポリタン	スープ	メンチカツ	ずきやき風煮	アジアンほくほくポテト	コーンと玉葱の彩りソテー	コールスロー	ズッキーニ	パプリカ	漬物	くだもの	フリードリンク	ご飯	枝豆ご飯	山菜そうめん	ジャージャー麺	スープ	焼売	揚げオムレツの野菜あん	鶏肉と野菜の旨煮	リオネーズポテト	コールスロー	千切り大根	水菜	漬物	くだもの	フリードリンク	ご飯	わかめひじきご飯	塩ラーメン	明太子スパゲティ	スープ	春巻き	ジンギスカン	ロールキャベツ	胡瓜とカニかまの中華風	コールスロー	ズッキーニ	パプリカ	漬物	くだもの	フリードリンク									
10月3・9・15・21・27日	ご飯	マヨ風味焼きそば	ポークカレー	味噌汁	かぼちゃコロッケ	ポークチャップ	大根そぼろ煮	海苔ポテト	コールスロー	オニオンミックスベジタブル	オクラ	漬物	ゼリー	くだもの	フリードリンク	ご飯	もやしと春雨の中華炒め	ハヤシライス	味噌汁	中華風肉団子	白身魚フライ	ポトフ	フライドポテト	コールスロー	海藻サラダ	ミックスビーンズ	漬物	ゼリー	くだもの	フリードリンク	ご飯	ソース焼きそば	野菜カレー	味噌汁	鮭のマヨ焼き	チキンカツ	青菜と人参のなめ茸和え	海苔ポテト	コールスロー	オニオンミックスベジタブル	オクラ	漬物	ゼリー	くだもの	フリードリンク									
10月4・10・16・22・28日	ご飯	ハン	卵粥	味噌汁	スープ	照焼き肉団子	厚焼き玉子	いり卵	納豆	ひじきの煮物	ほうれん草のツナマヨ和え	コールスロー	ブロccoli	カリフラワー	漬物	ふりかけ	味付け海苔	ジャム・マーガリン	フリードリンク	ご飯	ハン	青菜粥	味噌汁	スープ	肉野菜炒め	納豆	金平ごぼう	マカロニサラダ	コールスロー	スナップえんどう	ヤングコーン	漬物	ふりかけ	味付け海苔	ジャム・マーガリン	フリードリンク	ご飯	ハン	青菜粥	味噌汁	スープ	鯖の照焼き	厚焼き玉子	納豆	切干大根煮	ほうれん草ともやしのナムル	コールスロー	ブロccoli	カリフラワー	漬物	ふりかけ	味付け海苔	マーガリン・ジャム	フリードリンク
10月5・11・17・23・29日	ご飯	竹の子ご飯	たぬき温麺	塩焼きそば	スープ	あじ磯辺フライ	豚肉の生姜焼き	じゃが芋のんにくおかか和え	ナムルぜんまい	コールスロー	千切り大根	水菜	漬物	くだもの	フリードリンク	ご飯	焼飯	醤油ラーメン	豚肉と野菜のビーフン	スープ	肉入りコロッケ	五目野菜の和風肉団子	彩り野菜とベーコンのトマト煮	大根の梅マヨ和え	コールスロー	ズッキーニ	パプリカ	漬物	くだもの	フリードリンク	ご飯	五目ご飯	きつねうどん	キムチ焼きそば	スープ	ソーセージカツ	照り焼きハンバーグ	里芋のカレー煮	春雨の中華和え	コールスロー	千切り大根	水菜	漬物	くだもの	フリードリンク									
10月6・12・18・24・30日	ご飯	焼きうどん	クリームシチュー	味噌汁	ハンバーグデミソース	カレーコロッケ	もやしの中華浸し	フライドポテト	コールスロー	海藻サラダ	ミックスビーンズ	オクラ	漬物	ゼリー	くだもの	フリードリンク	ご飯	オイスター風焼きそば	トマトチキンカレー	味噌汁	餃子	豚肉と野菜のキムチ炒め	茄子の土佐煮	海苔ポテト	コールスロー	オニオンミックスベジタブル	オクラ	漬物	ゼリー	くだもの	フリードリンク	ご飯	ツナと春野菜のペペロンチーノスパゲティ	ビーフシチュー	味噌汁	イカボールチリソース	回鍋肉	ロールキャベツのクリーム煮	フライドポテト	コールスロー	海藻サラダ	ミックスビーンズ	漬物	ゼリー	くだもの	フリードリンク								

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。