

日高青少年自然の家 6月メニュー 7大アレルギー表

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