

青少年7月メニュー 7大アレルギー表

日付	7月1・7・13・19・25・31日	7大アレルギー							7月2・8・14・20・26日	7大アレルギー							7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	青菜粥 味噌汁 スープ	●		●				青菜粥 味噌汁 スープ	●		●				青菜粥 味噌汁 スープ	●		●						
主菜	肉野菜炒め いり卵 納豆	●		●				鯖の照焼き 厚焼き玉子 納豆	●		●				ハム野菜炒め オムレツ 納豆	●		●						
副菜	金平ごぼう マカロニサラダ コールスロー	●		●				切干大根煮 ほうれん草ともやしのナムル コールスロー	●		●				青菜の煮浸し スパゲティサラダ コールスロー	●		●						
サラダ	スナップえんどう ヤングコーン	●						ブロccoli カリフラワー	●						スナップえんどう ヤングコーン	●								
漬物	漬物 ふりかけ	●		●				漬物 ふりかけ	●		●				漬物 ふりかけ	●		●						
その他	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	●		●				●		
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 焼飯	●		●				ご飯 鮭わかめご飯	●		●				ご飯 枝豆ご飯	●		●						
麺類	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	●		●						
汁物	スープ	●		●				スープ	●		●			スープ	●		●							
主菜	肉入りコロッケ 五目野菜の和風肉団子	●		●				ソーセージカツ ハンバーグマトソース	●		●				メンチカツ すきやき風煮	●		●						
副菜	彩り野菜とベーコンのトマト煮 大根の梅マヨ和え	●		●				里芋のカレー煮 春雨の中華和え	●		●				アジアンほくほくポテト コーンと玉葱の彩りソテー	●		●						
サラダ	コールスロー ズッキーニ パプリカ	●						コールスロー 千切り大根 水菜	●						コールスロー ズッキーニ パプリカ	●								
漬物	漬物	●						漬物	●						漬物	●								
デザート	くだもの							くだもの							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 オイスター風焼きそば トマトチキンカレー	●		●				ご飯 ペペロンチーノスパゲティ ビーフシチュー	●		●				ご飯 マヨ風味焼きそば ポークカレー	●		●						
汁物	味噌汁 餃子	●		●				味噌汁 イカボールチリソース 回鍋肉	●		●				味噌汁 かぼちゃコロッケ ポークチャップ	●		●						
主菜	豚肉と野菜のキムチ炒め 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	●		●				大根そぼろ煮 海苔ポテト	●		●						
副菜	海苔ポテト コールスロー	●		●				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	●		●						
サラダ	オニオンミックスベジタブル オクラ	●						オニオンミックスベジタブル オクラ	●						オクラ	●								
漬物	漬物	●						漬物	●						漬物	●								
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 卵粥	●		●				ご飯 パン 青菜粥	●		●				ご飯 パン 卵粥	●		●						
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 納豆	●		●				ベーコンの野菜炒め だし巻き玉子 納豆	●		●				照焼き肉団子 厚焼き玉子 納豆	●		●						
副菜	卵の花 ポテトサラダ	●		●				かぼちゃの旨煮 レンコンサラダ	●		●				ひじきの煮物 ほうれん草のツナマヨ和え	●		●						
サラダ	コールスロー ブロccoli カリフラワー	●						コールスロー スナップえんどう ヤングコーン	●						コールスロー ブロccoli カリフラワー	●								
漬物	漬物 ふりかけ	●		●				漬物 ふりかけ	●		●				漬物 ふりかけ	●		●						
その他	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	●		●				●		
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 わかめひじきご飯 山菜そうめん ジャージャー麺	●		●				ご飯 五目ご飯 ざるラーメン	●		●				ご飯 竹の子ご飯 夏野菜そうめん	●		●						
汁物	スープ	●		●				明太子スパゲティ スープ	●		●				塩焼きそば スープ	●		●						
主菜	焼売 揚げオムレツの野菜あん	●		●				春巻き ジンギスカン	●		●				あじ磯辺フライ 豚肉の生姜焼き	●		●						
副菜	鶏肉と野菜の旨煮 リヨネーズポテト	●		●				ロールキャベツ 胡瓜とカニかまの中華風	●		●				じゃが芋のにんにくおかか和え ナムルぜんまい	●		●						
サラダ	コールスロー 千切り大根 水菜	●						コールスロー ズッキーニ パプリカ	●						コールスロー 千切り大根 水菜	●								
漬物	漬物	●						漬物	●						漬物	●								
デザート	くだもの							くだもの							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 ハヤシライス	●		●				ご飯 ソース焼きそば 野菜カレー	●		●				ご飯 焼きうどん クリームシチュー	●		●						
汁物	味噌汁	●		●				味噌汁	●		●				味噌汁	●		●						
主菜	中華風肉団子 白身魚フライ	●		●				鯖のマヨ焼き 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 ミックスビーンズ	●						コールスロー オニオンミックスベジタブル オクラ	●						コールスロー 海藻サラダ ミックスビーンズ	●								
漬物	漬物	●						漬物	●						漬物	●								
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									

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。