

日高青少年自然の家 8月メニュー 7大アレルギー表

日付	8月1・7・13・19・25・31日	7大アレルギー							8月2・8・14・20・26日	7大アレルギー							8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 青菜粥	●		●					ご飯 パン 卵粥	●	●	●						ご飯 パン 青菜粥	●		●				
汁物	味噌汁 スープ	●		●					味噌汁 スープ	●		●							味噌汁 スープ	●		●			
主菜	ハム野菜炒め オムレツ 納豆	●	●	●					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	●	●	●				
副菜	切干大根煮 ほうれん草ともやしのナムル	●		●					青菜の煮浸し スパゲティサラダ	●	●	●						卵の花 ポテトサラダ	●	●	●				
サラダ	コールスロー ブロッコリー 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 ブロッコリー カリフラワー							
漬物	漬物	●							漬物	●								漬物	●						
その他	ふりかけ 味付け海苔 マーガリン・ジャム	●	●	●			●		ふりかけ 味付け海苔 ジャム・マーガリン	●	●	●				●		ふりかけ 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 五目ご飯 きつねうどん キムチ焼きそば	●		●				●	ご飯 鮭わかめご飯 味噌ラーメン	●	●	●						ご飯 枝豆ご飯 山菜そうめん チャーシュー麺	●		●				
汁物	スープ	●		●					ナポリタンスパゲティ スープ	●		●						スープ	●		●				
主菜	ソーセージカツ 照り焼きハンバーグ	●	●	●					メンチカツ すきやき風煮	●	●	●						焼売 揚げオムレツの野菜あん	●	●	●				
副菜	里芋の咖喱煮 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	●	●	●						鶏肉と野菜の旨煮 リオネーズポテト	●		●				
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 ツナと春野菜のペペロンチーノスパゲティ ビーフンチュー	●		●				●	ご飯 マヨ風味焼きそば ポークカレー	●	●	●						ご飯 もやしと春雨の中華炒め ハヤシライス	●		●				
汁物	味噌汁	●		●					味噌汁	●		●						味噌汁	●		●				
主菜	イカボールチリソース 回鍋肉	●	●	●					かぼちゃコロケ ポークチャップ	●	●	●						中華風肉団子 白身魚フライ	●	●	●				
副菜	ロールキャベツのクリーム煮 フライドポテト	●	●	●					イカ大根 海苔ポテト	●	●	●						ポトフ 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			●						ゼリー			●				
飲み物	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 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	照焼き肉団子 厚焼き玉子 納豆	●	●	●					肉野菜炒め いり卵 納豆	●	●	●						鱈の照焼き 厚焼き玉子 納豆	●	●	●				
副菜	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	●	●	●						金平ごぼう マカロニサラダ	●	●	●				
サラダ	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 ブロッコリー 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							
漬物	漬物	●							漬物	●								漬物	●						
その他	ふりかけ 味付け海苔 ジャム・マーガリン	●	●	●			●		ふりかけ 味付け海苔 ジャム・マーガリン	●	●	●				●		ふりかけ 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 塩ラーメン 明太子スパゲティ	●	●	●				●	ご飯 竹の子ご飯 たぬきひやむぎ 塩焼きそば	●	●	●						ご飯 焼飯 醤油ラーメン	●	●	●				
汁物	スープ	●		●					スープ	●		●						スープ	●		●				
主菜	春巻き ジンギスカン	●	●	●			●		あじ磯辺フライ 豚肉の生姜焼き	●	●	●						肉入りコロケ 五目野菜の和風肉団子	●	●	●				
副菜	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	●	●	●						彩り野菜とベーコンのトマト煮 大根の梅マヨ和え	●	●	●				
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 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	●		●						ご飯 オイスター風焼きそば トマトチキンカレー	●	●	●			●	
汁物	味噌汁	●		●					味噌汁	●		●						味噌汁	●		●				
主菜	鮭のマヨ焼き チキンカツ	●	●	●					ハンバーグデミソース カレーコロケ	●	●	●						餃子 豚肉と野菜のキムチ炒め	●	●	●			●	
副菜	青菜と人参のなめ茸和え 海苔ポテト	●		●					もやし中華浸し フライドポテト	●	●	●						茄子の土佐煮 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 オクラ								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							
漬物	漬物	●							漬物	●								漬物	●						
デザート	ゼリー くだもの			●					ゼリー			●						ゼリー			●				
飲み物	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。