

手賀の丘青少年自然の家 2025年 冬 食堂メニュー&8大アレルギー表

	NO. 1	8大アレルギー							NO. 2	8大アレルギー							NO. 3	8大アレルギー										
		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに		くるみ	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび		かに	くるみ	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	
朝食	ご飯								ご飯									ご飯										
	ロールパン	●		●					ロールパン	●		●						ロールパン	●		●							
	ミートボール	●	●	●					ポイルウインナー									チキンナゲット	●	●	●							
	オムレツ	●	●	●					オムレツ	●	●	●						オムレツ	●	●	●							
	ひじき煮	●							卵の花	●								切干大根	●									
	ごぼうの味噌汁								たまねぎの味噌汁									白菜の味噌汁										
	千切りキャベツ								千切りキャベツ									千切りキャベツ										
	カリフラワー								カリフラワー									カリフラワー										
	ビーンズミックス								ビーンズミックス									ビーンズミックス										
	たくあん								たくあん									たくあん										
	納豆	●							納豆	●								納豆	●									
	いちごジャム								いちごジャム									いちごジャム										
牛乳			●					牛乳			●						牛乳			●								
フリードリンク			●					フリードリンク			●						フリードリンク			●								
昼食	五目まぜご飯	●							ハヤシライス	●								菜めし										
	わかめスープ								トマトスープ									コーン入り中華スープ										
	ソース焼きそば	●							醤油焼きそば	●								ガーリックパスタ	●									
	メンチカツ	●		●					コーンフライ	●								ピーマン肉詰め	●									
	厚揚げの煮物								かぼちゃの煮物									もやし香味和え										
	千切りキャベツ								千切りキャベツ									千切りキャベツ										
	ヤングコーン								ヤングコーン									ヤングコーン										
	オクラ								オクラ									オクラ										
	ご飯								ご飯									ご飯										
	フリードリンク			●					フリードリンク			●						フリードリンク			●							
	夕食	大根の味噌汁	●							ほうれん草の味噌汁	●								わかめの味噌汁									
		アジフライ	●							ささみしそ巻きフライ	●								ハムカツ	●	●	●						
照り焼きハンバーグ		●		●					甘酢肉団子	●	●	●						デミグラスソースハンバーグ	●		●							
ミートソースパスタ		●		●					ソース焼きうどん	●								スパゲティナポリタン	●									
さつま芋のレモン煮									肉豆腐	●								大根と牛すじの煮物	●									
フライドポテト									フライドポテト									フライドポテト										
蒟蒻オレンジゼリー									いちごゼリー									蒟蒻ぶどうゼリー										
千切りキャベツ									千切りキャベツ									千切りキャベツ										
ブロッコリー									ブロッコリー									ブロッコリー										
枝豆									枝豆									枝豆										
たくあん									たくあん									たくあん										
ご飯									ご飯									ご飯										
フリードリンク			●					フリードリンク			●						フリードリンク			●								
1月	1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31							2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29							3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 30													
2月	3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27							1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28							2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26													
3月	2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29							3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27							1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31													

調味料	7大アレルギー						
	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
イタリアンドレッシング							
しょうゆ	●						
中濃ソース							

1月9日 つぼ漬け→たくあんに変更