

手賀の丘青少年自然の家 2026年 夏 食堂メニュー&8大アレルゲン表

	NO. 1	8大アレルゲン								NO. 2	8大アレルゲン								NO. 3	8大アレルゲン							
		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	●	●	●						
	コロッケ	●							白身フライ	●								ミートボール	●	●	●						
	オムレツ	●	●	●					オムレツ	●	●	●						オムレツ	●	●	●						
	ひじき煮	●							切干大根	●								きんぴら									
	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									
	オニオンスライス								オニオンスライス									オニオンスライス									
	ピーンズミックス								ピーンズミックス									ピーンズミックス									
	たくあん								たくあん									たくあん									
	28品目アレルゲン不使用ふりかけ								28品目アレルゲン不使用ふりかけ									28品目アレルゲン不使用ふりかけ									
	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	コーンライス								ハヤシライス	●								ごんじゅう風まぜごはん	●								
	トマトスープ								青菜のすまし汁									わかめスープ									
	スパゲティナポリタン	●							バジルパスタ	●								ミートソースパスタ	●		●						
	ピーマン肉詰めフライ	●							コーンフライ	●								メンチカツ	●		●						
	こんにゃくの甘辛炒め								ごぼうの洋風和え									もやしのそぼろ炒め									
	千切りキャベツ								千切りキャベツ									千切りキャベツ									
	春雨サラダ	●							春雨サラダ	●								春雨サラダ	●								
	ヤングコーン								ヤングコーン									ヤングコーン									
	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									
	揚げギョウザ	●							かき揚げの甘辛ソース	●								ハムサラダフライ	●	●	●						
	デミグラスソースハンバーグ	●		●					甘酢肉団子	●	●	●						照焼きハンバーグ	●		●						
	塩焼きそば	●							ソース焼きそば	●								醤油やきそば	●								
	塩肉じゃが								さつま揚げ煮	●								さつまいものレモン煮									
	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								みかん缶									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									
	ミックスベジタブル								ミックスベジタブル									ミックスベジタブル									
	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			●						
	7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									
8月	3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27,30								1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28,31								2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26,29										
9月	2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29								3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27,30								1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28										

調味料	8大アレルゲン							
	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ
イタリアンドレッシング								
しょうゆ	●							
中濃ソース								