

手賀の丘青少年自然の家 2026年 秋 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								
	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								
	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								
昼食	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			●					
	コーンライス									ハヤシライス	●								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								
	麦ご飯									麦ご飯									麦ご飯								
	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								
	麦ご飯									麦ご飯									麦ご飯								
	フリードリンク			●						フリードリンク			●						フリードリンク			●					
10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								
11月	3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 30									1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28									2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29								
12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								

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								

2026/8/27