令和5年7月　　食堂メニュー　アレルゲン

花山青少年自然の家

日付	朝食	小麦	卵	乳	そば	落花生	ごま	えび	かに	昼食	小麦	卵	乳	そば	落花生	ごま	えび	かに	夕食	小麦	卵	乳	そば	落花生	ごま	えび	かに
	ごはん									冷やし中華	●	●				●			ごはん								
	パン	●	●	●															ゆかりごはん								
1	牛乳　コーンフレーク			●						キムチチャーハン	●								味噌汁	●							
5	いちごジャム　マーガリン			●																							
9	味付けのり、ふりかけ	●	●	●			●	●	●	メンチカツ	●	●	●						チキンハーブ焼き	●							
13	納豆（タレ付き）	●								いんげんのおかか和え	●								えびフライ	●						●	
17	梅びしお									マカロニサラダ	●	●							きゅうりとカニかまのポン酢和え	●	●				●		●
21	笹かまの生姜煮	●	●							漬物	●								ミートソーススパゲティ	●							
25	ボイルウインナー									生野菜									フライドポテト								
29	豆腐野菜ハンバーグ									フルーツ																	
	生野菜																		生野菜								
	味 噌 汁	●																	フルーツゼリー								
																			漬物	●							
A	ドレッシング、マヨネーズ	●	●							ドレッシング、マヨネーズ	●	●							ドレッシング、マヨネーズ	●	●						
	ごはん									冷たいそば	●	●							ごはん								
	パン	●	●	●															カレーピラフ	●		●					
2	牛乳　コーンフレーク			●						かき揚げ丼	●								味噌汁	●							
6	いちごジャム　マーガリン			●																							
10	味付けのり、ふりかけ	●	●	●			●	●	●	玉子サラダフライ	●	●							ハンバーグおろしソースがけ	●		●					
14	納豆（タレ付き）	●								ミートボール甘酢あん	●	●	●			●			コーンクリーミーコロッケ	●		●					
18	梅びしお									ひじきと豆の煮物	●								もやしの塩昆布和え								
22	一口さつま揚げ	●								漬物	●								焼きそば	●						●	
26	ボイルウインナー									生野菜									フライドポテト								
30	ポークシューマイ	●	●							フルーツ																	
	生野菜																		生野菜								
	味 噌 汁	●																	フルーツゼリー								
																			漬物	●							
B	ドレッシング、マヨネーズ	●	●							ドレッシング、マヨネーズ	●	●							ドレッシング、マヨネーズ	●	●						
	ごはん									担々つけ麺	●					●			ごはん								
	パン	●	●	●															ゆかりごはん								
3	牛乳　コーンフレーク			●						中華飯	●					●			味噌汁	●							
7	いちごジャム　マーガリン			●																							
11	味付けのり、ふりかけ	●	●	●			●	●	●	白身魚フライ	●								ホイコーロー	●					●		
15	納豆（タレ付き）	●								ゴボウこんにゃく	●					●			たこ焼き	●	●	●					
19	梅びしお									ツナサラダ	●					●			和風野菜の煮物	●							
23	オムレツ	●	●	●						漬物	●								ミートソーススパゲティ	●							
27	ボイルウインナー									生野菜									フライドポテト								
31	えびカツ	●	●	●				●		フルーツ																	
	生野菜																		生野菜								
	味 噌 汁	●																	フルーツゼリー								
																			漬物	●							
C	ドレッシング、マヨネーズ	●	●							ドレッシング、マヨネーズ	●	●							ドレッシング、マヨネーズ	●	●						
	ごはん									冷やしたぬきうどん	●								ごはん								
	パン	●	●	●															わかめごはん								
4	牛乳　コーンフレーク			●						豚　丼	●								味噌汁	●							
8	いちごジャム　マーガリン			●																							
12	味付けのり、ふりかけ	●	●	●			●	●	●	鶏竜田揚げ	●	●	●						ヒレカツ	●							
16	納豆（タレ付き）	●								大学芋									春　巻	●					●	●	
20	梅びしお									なすのみそ炒め									玉こんのピリ辛煮	●							
24	ミニ野菜コロッケ	●		●						漬物	●								塩焼きそば	●		●			●		
28	ボイルウインナー									生野菜									フライドポテト								
	いわし甘露煮	●								フルーツ																	
	生野菜																		生野菜								
	味 噌 汁	●																	フルーツゼリー								
																			漬物	●							
D	ドレッシング、マヨネーズ	●	●							ドレッシング、マヨネーズ	●	●							ドレッシング、マヨネーズ	●	●						

※1　コンタミ【原材料として使用していないにもかかわらず、アレルギー物質が微量混入してしまうこと】はアレルギー表には表示しておりません。
※2　ドレッシング類、フルーツ、生野菜、漬物、味噌汁・スープの具材は日によって食材が異なります。その際のアレルギー表示はビュッフェレーン等をご参照下さい。