

# 【令和5年 1月2月 食物アレルギー表】

国立曾爾青少年自然の家

1月	No.1	7大アレルギー						No.2	7大アレルギー						No.3	7大アレルギー												
	(1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31)日	小麦	たまご	乳	そば	落花生	えび	かに	(2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29)日	小麦	たまご	乳	そば	落花生	えび	かに	(3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 30)日	小麦	たまご	乳	そば	落花生	えび	かに				
2月	(3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27)日							(1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28)日							(2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26)日													
	ご飯							ご飯							ご飯							ご飯						
	食パン	●	★	●		★		食パン	●	★	●		★		食パン	●	★	●		★		食パン	●	★	●		★	
	ロールパン	●	★	●				ロールパン	●	★	●				ロールパン	●	★	●				ロールパン	●	★	●			
	味噌汁							味噌汁	●						味噌汁	●						味噌汁	●					
	スクランブルエッグ		●	●				ミートボール	●	●	●		★	★	ウインナーソーテー	★	★	★				ウインナーソーテー	★	★	★			
	ししゃも塩焼き							さわら塩焼き							ほうれん草オムレツ		●					ほうれん草オムレツ		●				
	きんぴらごぼう	●						ひじきと大豆の煮物	●						野菜ナムル							野菜ナムル						
	キャベツ							キャベツ							キャベツ							キャベツ						
	一品野菜							一品野菜							一品野菜							一品野菜						
	オレンジ							オレンジ							オレンジ							オレンジ						
	納豆	●						納豆	●						納豆	●						納豆	●					
	漬物	●						漬物	●						漬物	●						漬物	●					
	かつおふりかけ	●	●					かつおふりかけ	●	●					かつおふりかけ	●	●					かつおふりかけ	●	●				
	苺ジャム							苺ジャム							苺ジャム							苺ジャム						
牛乳			●				牛乳			●				牛乳			●				牛乳			●				
お茶 オレンジ・レモンジュース							お茶 オレンジ・レモンジュース							お茶 オレンジ・レモンジュース							お茶 オレンジ・レモンジュース							
	ご飯(白米)	●						ご飯(白米)	●						ご飯(白米)	●						ご飯(白米)	●					
	ボークカレー	●						すき焼き丼	●						親子丼	●	●					親子丼	●	●				
	コンソメスープ	●	●	●				わかめスープ	●				★	★	中華スープ	●						中華スープ	●					
	肉団子と白菜のあんかけ煮	●	●	●		★	★	豚肉と青菜のオイスター炒め	●				●		ブルコギ	●	★					ブルコギ	●	★				
	レンコンはさみ天ぷら	●				★	★	春巻き	●				●		白身魚フライ	●	★				★	白身魚フライ	●	★			★	
	ジャーマンポテト	●	●	●		★	★	おでん	●	●	★		★	★	高野豆腐の煮物	●						高野豆腐の煮物	●					
	キャベツ							キャベツ							キャベツ							キャベツ						
	一品野菜					★	★	一品野菜							一品野菜							一品野菜						
	フルーチェ			●				フルーチェ			●				フルーチェ			●				フルーチェ			●			
	漬物	●						漬物	●						漬物	●						漬物	●					
	牛乳			●				牛乳			●				牛乳			●				牛乳			●			
	お茶							お茶							お茶							お茶						
		ご飯							ご飯							ご飯							ご飯					
		豚汁							すまし汁	●						コーンスープ	●		●				コーンスープ	●		●		
海鮮塩焼きそば		●				●	★	カルボナーラ	●	●	●		★	★	マーボー春雨	●						マーボー春雨	●					
水餃子		●				★		エビチリ	●				●		ハンバーグトマトソース	●		●				ハンバーグトマトソース	●		●			
野菜コロッケ		●	●					豚肉野菜巻きフライ	●	●	★		★		アジフライ	●	★				★	アジフライ	●	★			★	
レンコンチップス		●						ポテトフライ							レンコンチップス	●						レンコンチップス	●					
切干大根のおかかサラダ		●						パンパンジー	●	★			★		じゃがいものバジルサラダ		●	●				じゃがいものバジルサラダ		●	●			
キャベツ								キャベツ							キャベツ							キャベツ						
一品野菜						★	★	一品野菜					★	★	一品野菜							一品野菜						
牛乳寒天プリン				●				こんにゃくゼリー							白玉黒蜜きな粉							白玉黒蜜きな粉						
牛乳				●				牛乳			●				牛乳			●				牛乳			●			
お茶								お茶							お茶							お茶						
メロンソーダ コーラ								メロンソーダ コーラ							メロンソーダ コーラ							メロンソーダ コーラ						

※アレルギー表示について、製造過程によって混入する恐れがある品には「★」印の表示をしています。  
 ※7大アレルギー以外のアレルギー詳細につきましては、  
 メニューごとの使用食材が記載されたアレルギー表を用意しておりますので、直接食堂にお問い合わせ下さい。