

【令和5年 3月4月 食物アレルギー表】

国立曽爾青少年自然の家

	NO.1						NO.2						NO.3									
3月	(1・4・7・10・13・16・19・22・25・28・31)日						(2・5・8・11・14・17・20・23・26・29)日						(3・6・9・12・15・18・21・24・27・30)日									
4月	(3・6・9・12・15・18・21・24・27・30)日						(1・4・7・10・13・16・19・22・25・28)日						(2・5・8・11・14・17・20・23・26・29)日									
	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	
<b>朝食</b>																						
ごはん							ごはん							ごはん								
ロールパン	●	▲	●				ロールパン	●	▲	●				ロールパン	●	▲	●					
食パン	●	▲	●				食パン	●	▲	●				食パン	●	▲	●					
玉葱と椎茸の味噌汁							キャベツとわかめの味噌汁						▲	▲	大根と油揚げの味噌汁							
ミートボール	●	●	●			▲	さばの塩焼き								ウインナーソーテ	▲	▲	▲				
スクランブルエッグ		●	●				目玉焼き		●	●					ほうれん草オムレツ		●					
ひじき煮	●						きんぴらごぼう	●	▲	▲			▲	▲	切干大根煮	●						
キャベツ							キャベツ								キャベツ							
一品野菜							一品野菜								一品野菜							
オレンジ							オレンジ								オレンジ							
納豆	●						納豆	●							納豆	●						
青かつば漬け・さくら漬け	●						青かつば漬け・さくら漬け	●							青かつば漬け・さくら漬け	●						
かつおぶりかけ	●		●				かつおぶりかけ	●		●					かつおぶりかけ	●		●				
苺ジャム							苺ジャム								苺ジャム							
牛乳			●				牛乳			●					牛乳			●				
ほうじ茶・ウーロン茶・オレンジジュース・レモンジュース							ほうじ茶・ウーロン茶・オレンジジュース・レモンジュース								ほうじ茶・ウーロン茶・オレンジジュース・レモンジュース							
<b>昼食</b>																						
ごはん							ごはん							ごはん								
春野菜カレー	●						中華丼	●						ハヤシライス	●							
ポテトと人参のスープ							オニオンスープ							きくらげとチンゲン菜のスープ								
豚肉と青菜の塩炒め							牛焼肉	●						鶏肉とタケノコの甘酢炒め								
チキンカツ	●	●	●				白身魚フライ	●						メンチカツ	●	●						
コーンとブロッコリーのマヨソース	●						筍の土佐煮	●						花野菜とツナのコンソメ煮	●	●						
キャベツ							キャベツ							キャベツ								
一品野菜							一品野菜							一品野菜								
フルーチェ（ピーチ）			●				フルーチェ（いちご）			●				フルーチェ（ピーチ）			●					
福神漬け	●						福神漬け	●						福神漬け	●							
牛乳			●				牛乳			●				牛乳			●					
ほうじ茶・ウーロン茶							ほうじ茶・ウーロン茶							ほうじ茶・ウーロン茶								
<b>夕食</b>																						
ごはん							ごはん							ごはん								
白菜とインゲンの味噌汁							小松菜と人参の味噌汁							玉ねぎとわかめの味噌汁							▲	▲
菜の花入り和風スバゲティ	●						ソース焼きそば	●						チャブチェ	●							●
照焼きハンバーグ	●	●					塩豚じゃが							蒸し焼売	●	▲	●				▲	▲
アジフライ	●	▲				▲	ビーマン肉詰めフライ	●	●	▲		▲		鶏の唐揚げ	●	●	▲					
フライドポテト							海苔ポテト							ガーリックポテト								
キャベツと山菜のおかか和え	●						菜の花ともやしのお浸し	●						白菜と人参の胡麻和え	●							
キャベツ							キャベツ							キャベツ								
一品野菜						▲	一品野菜						▲	▲	一品野菜							▲
蒟蒻ぶどうゼリー							杏仁フルーツ			●				いちごゼリー								
牛乳			●				牛乳			●				牛乳			●					
ほうじ茶・ウーロン茶・メロンソーダ・コーラ							ほうじ茶・ウーロン茶・メロンソーダ・コーラ							ほうじ茶・ウーロン茶・メロンソーダ・コーラ								
<b>その他</b>																						
イタリアンドレッシング							イタリアンドレッシング							イタリアンドレッシング								
とんかつソース							とんかつソース							とんかつソース								
ケチャップ							ケチャップ							ケチャップ								

※食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。  
 ※マークの意味は、各料理に使用する食材の7大アレルギーについて「●：該当する」「▲：コンタミ可能性有り」です。  
 ※上記のマークに関わらず、厨房での調理上、コンタミネーション（混入）の可能性がございます。  
 ※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。

コンパスグループ・ジャパン(株) 曾爾店  
 TEL 0745-96-2105 FAX 0745-96-2605