



| | パターン① | パターン② | パターン③ | パターン④ | |
|---------------|---|--|--|--|---------------|
| 日 | 4(金).8(火).12(土).16(水) 20(日).24(木).28(月) | 5(土).9(水).13(日) 17(木).21(月).25(金).29(火) | 6(日).10(木).14(月) 18(金).22(火).26(土).30(水) | 7(月).11(金).15(火) 19(土).23(水).27(日).31(木) | 日 |
| 朝食 (バイキング) | <ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・プチふっくらオムレツ ・焼き魚 ・チキンナゲット ・サラダ ・生野菜盛合せ ・納豆 ・味付けのり ・小梅 ・漬物 ・味噌汁 | <ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・厚焼き玉子 ・肉団子 ・焼き魚 ・サラダ ・生野菜盛合せ ・惣菜金平 ・ふりかけ ・小梅 ・漬物 ・味噌汁 | <ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・星形オムレツ ・ポークウインナー ・焼き魚 ・サラダ ・生野菜盛合せ ・味付けのり ・納豆 ・小梅 ・漬物 ・味噌汁 | <ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・ミートオムレツ ・シューマイ ・高野豆腐の含め煮 ・焼き魚 ・サラダ ・生野菜盛合せ ・ふりかけ ・小梅 ・漬物 ・味噌汁 | 朝食 (バイキング) |
| 昼食 (定食) | <ul style="list-style-type: none"> ・うどん ★ごはん ★カレー ・コーンたっぷりフライ ★生野菜 ・フルーツポンチ ・漬物 | <ul style="list-style-type: none"> ・醤油ラーメン ★ごはん ★カレー ・ウインナー玉ねぎ串カツ ★生野菜 ・フルーツポンチ ・漬物 | <ul style="list-style-type: none"> ・牛丼 ★ごはん ★味噌汁 ・アジフライ ★生野菜 ・フルーツポンチ ・漬物 | <ul style="list-style-type: none"> ・塩ラーメン ★ごはん ★カレー ・エビカツ ★生野菜 ・フルーツポンチ ・漬物 | 昼食 (定食) |
| 夕食 (バイキング) | <ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・ナポリタンスパゲティ ・筑前煮 ・ミニ三角春巻(カレー味) ・フライドポテト ・もやしのお浸し ・ミニフランクフルト ・生野菜の盛合せ ・カットフルーツ ・漬物 ・コンソメスープ | <ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・焼きそば ・大根と豚ばらの煮物 ・さつまいもフライ ・フライドポテト ・ミニステーキ ・ブロッコリーサラダ ・生野菜の盛合せ ・カットフルーツ ・漬物 ・味噌汁 | <ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・ナポリタンスパゲティ ・肉じゃが ・イカフライ ・フライドポテト ・春雨中華サラダ ・ハンバーグ ・生野菜盛合せ ・カットフルーツ ・漬物 ・中華スープ | <ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・焼きそば ・ごぼうサラダ ・バターコロケ ・フライドポテト ・高野豆腐の玉子とじ ・花型お好み焼き ・生野菜の盛合せ ・カットフルーツ ・漬物 ・味噌汁 | 夕食 (バイキング) |
| 日 | 4(金).8(火).12(土).16(水) 20(日).24(木).28(月) | 5(土).9(水).13(日) 17(木).21(月).25(金).29(火) | 6(日).10(木).14(月) 18(金).22(火).26(土).30(水) | 7(月).11(金).15(火) 19(土).23(水).27(日).31(木) | 日 |



◁ 昼食は、定食ですが★印はおかわりできます
 ◁ 都合により、内容を変更する場合があります。ご了承ください。



砺波青少年自然の家 レストランメニュー 7大アレルゲン表 2019年1月分



| 日 | パターン① | | 7大アレルゲン | | | | | | | パターン② | | 7大アレルゲン | | | | | | | パターン③ | | 7大アレルゲン | | | | | | | パターン④ | | 7大アレルゲン | | | | | | | 日 | | | |
|---------------|---|----|---------|---|----|-----|-----|----|---|--|---|---------|----|-----|----|-----|---|---|---|---|---------|-----|----|----|---|----|--|---|----|---------|----|--|----|-----|----|----|---|--|---|---|
| | 4(金).8(火).12(土).16(水) 20(日).24(木).28(月) | | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | エビ | カニ | 5(土).9(水).13(日) 17(木).21(月).25(金).29(火) | | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | エビ | カニ | 6(日).10(木).14(月) 18(金).22(火).26(土).30(水) | | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | エビ | カニ | 7(月).11(金).15(火) 19(土).23(水).27(日).31(木) | | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | エビ | カニ | | | | |
| 朝食 (バイキング) | ごはん プチふくらオムレツ 焼き魚 チキンナゲット サラダ 生野菜盛合せ 納豆 味付けのり 小梅 漬物 味噌汁 | | ● | | | | | | ごはん 厚焼き玉子 肉団子 焼き魚 サラダ 生野菜盛合せ 惣菜金平 ふりかけ 小梅 漬物 味噌汁 | ● | ● | ● | | | | | △ | ごはん 星形オムレツ ポークウインナー 焼き魚 サラダ 生野菜盛合せ 納豆 味付けのり 小梅 漬物 味噌汁 | △ | ● | △ | | | | △ | △ | ごはん ミートオムレツ シューマイ 高野豆腐の含め煮 焼き魚 サラダ 生野菜盛合せ ふりかけ 小梅 漬物 味噌汁 | ● | ● | ● | | | | △ | △ | | | | | |
| 昼食 (定食) | うどん ★ごはん ★カレー コーンたっぷりフライ ★生野菜 フルーツポンチ 漬物 | ● | ● | | | | ● | ● | 醤油ラーメン ★ごはん ★カレー ウインナー玉ねぎ串カツ ★生野菜 フルーツポンチ 漬物 | ● | ● | △ | △ | | | △ | △ | 牛丼 ★ごはん ★味噌汁 アジフライ ★生野菜 フルーツポンチ 漬物 | ● | | | | | | | | 塩ラーメン ★ごはん ★カレー えびカツ ★生野菜 フルーツポンチ 漬物 | ● | ● | △ | △ | | | △ | △ | | | | | |
| 夕食 (バイキング) | ごはん ナポリタンスパゲティ 筑前煮 三角春巻き(カレー味) フライドポテト もやしのお浸し ミニフランクフルト 生野菜の盛合せ カットフルーツ 漬物 コンソメスープ | ● | | | | | | | ごはん 焼きそば 大根と豚ばらの煮物 さつまいもフライ フライドポテト ミニステーキ ブロッコリーサラダ 生野菜の盛合せ カットフルーツ 漬物 味噌汁 | ● | | | | | ● | | | ごはん ナポリタンスパゲティ 肉じゃが イカフライ フライドポテト 春雨中華サラダ ハンバーグ 生野菜盛合せ カットフルーツ 漬物 中華スープ | ● | | | | | | ● | ● | ● | △ | ● | | △ | ごはん 焼きそば ごぼうサラダ バターコロッケ フライドポテト 高野豆腐の玉子とじ 花型お好み焼き 生野菜の盛合せ カットフルーツ 漬物 味噌汁 | ● | ● | | | | | ● | △ |
| 日 | 4(金).8(火).12(土).16(水) 20(日).24(木).28(月) | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | エビ | カニ | 5(土).9(水).13(日) 17(木).21(月).25(金).29(火) | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | エビ | カニ | 6(日).10(木).14(月) 18(金).22(火).26(土).30(水) | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | エビ | カニ | 7(月).11(金).15(火) 19(土).23(水).27(日).31(木) | 小麦 | 卵 | 乳 | そば | 落花生 | エビ | カニ | | | | | | | | |



- ・アレルギーをお持ちの方は、アレルギー源確認表を必ずご提出ください。
- ・●印は、そのアレルゲンに該当するものです。
- ・ドレッシングとふりかけは、“小麦・乳・胡麻・卵・落花生”を配合しているものがあります。成分表がありますので、スタッフに声をおかけください。
- ・仕入の都合により、メニューの一部を変更する場合があります。
- ・昼食は、定食ですが★印は、おかわりできます。
- ・△印は、アレルギー-コンタミネーション(製造過程で混入している可能性がある)表示です。