



	パターン①	パターン②	パターン③	パターン④	
日	1(金).5(火).9(土).13(水) 17(日).21(木).25(月)	2(土).6(水).10(日).14(木) 18(月).22(金).26(火)	3(日).7(木).11(月).15(金) 19(火).23(土).27(水)	4(月).8(金).12(火).16(土) 20(水).24(日).28(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 ・厚切りローストンカツ ★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 ・エビフライ ★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 ・イカフライ ★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 ・とりの唐揚げ ★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 ・たこ焼き ・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 ・カニクリームコロッケ ・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 ・磯部ささみフライ ・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 ・豚玉ねぎ串フライ ・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	1(金).5(火).9(土).13(水) 17(日).21(木).25(月)	2(土).6(水).10(日).14(木) 18(月).22(金).26(火)	3(日).7(木).11(月).15(金) 19(火).23(土).27(水)	4(月).8(金).12(火).16(土) 20(水).24(日).28(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大アレルギー表 2019年2月分



日	パターン①	7大アレルギー							パターン②	7大アレルギー							パターン③	7大アレルギー							パターン④	7大アレルギー							日			
	1(金).5(火).9(土).13(水) 17(日).21(木).25(月)	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	2(土).6(水).10(日).14(木) 18(月).22(金).26(火)	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	3(日).7(木).11(月).15(金) 19(火).23(土).27(水)	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	4(月).8(金).12(火).16(土) 20(水).24(日).28(木)	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ				
朝食 (パ イ キ ン グ)	・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		●						・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		●	●				△	△	朝食 (パ イ キ ン グ)	
昼食 (定 食)	・うどん ★ごはん ★カレー ・厚切りローストンカツ ★生野菜 ・フルーツポンチ ・漬物	●	●				●	●	・醤油ラーメン ★ごはん ★カレー ・エビフライ ★生野菜 ・フルーツポンチ ・漬物	●	●	△	△			△	△	・牛丼 ★ごはん ★味噌汁 ・イカフライ ★生野菜 ・フルーツポンチ ・漬物	●								・塩ラーメン ★ごはん ★カレー ・とりの唐揚げ ★生野菜 ・フルーツポンチ ・漬物	●	●	△	△			△	△	昼食 (定 食)
夕食 (パ イ キ ン グ)	・ごはん ・ナポリタンスパゲティ ・筑前煮 ・たこ焼き ・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 ・カニクリーミフライ ・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 ・磯部ささみフライ ・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 ・豚玉ねぎ串フライ ・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 (パ イ キ ン グ)	
日	1(金).5(火).9(土).13(水) 17(日).21(木).25(月)	7大アレルギー							2(土).6(水).10(日).14(木) 18(月).22(金).26(火)	7大アレルギー							3(日).7(木).11(月).15(金) 19(火).23(土).27(水)	7大アレルギー							4(月).8(金).12(火).16(土) 20(水).24(日).28(木)	7大アレルギー							日			



- ・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、そのアレルギー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。