



	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).29(金)	2(土).6(水).10(日).14(木) 18(月).22(金).26(火).30(土)	3(日).7(木).11(月).15(金) 19(火).23(土).27(水).31(日)	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).29(金)	2(土).6(水).10(日).14(木) 18(月).22(金).26(火).30(土)	3(日).7(木).11(月).15(金) 19(火).23(土).27(水).31(日)	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大アレルゲン表 2019年3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										
	1(金).5(火).9(土).13(水).17(日).21(木).25(月).29(金)		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).30(土)		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).31(日)		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 (バイキング)	<ul style="list-style-type: none"> 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 			●							<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 納豆 味付けのり 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 		●	●	●						△	△				
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 		●	●	△	△			△	△								
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 		●					●			△	●	<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 		●	●					●			△



- ・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。

