



富山県砺波青少年自然の家

# 平成29年8月 レストランメニュー表

	パターン①	パターン②	パターン③	パターン④	
日	2(水).6(日).10(木). 14(月).18(金).22(火). 26(土).30(水)	3(木).7(月).11(金). 15(火).19(土).23(水). 27(日).31(木)	4(金).8(火).12(土). 16(水).20(日).24(木). 28(月)	1(火).5(土).9(水). 13(日).17(木).21(月). 25(金).29(火)	日
朝食 バイキング	ごはん プレーンオムレツ 焼き魚 肉団子 サラダ 生野菜の盛合せ 納豆 味付けのり 小梅 漬物 味噌汁	ごはん 厚焼き玉子 焼き魚 キャベツボール サラダ 生野菜の盛合せ 冷やっこ ふりかけ 小梅 漬物 味噌汁	ごはん ミックスドームオムレツ 焼き魚 シューマイ サラダ 生野菜の盛合せ 納豆 味付けのり 小梅 漬物 味噌汁	ごはん ミートオムレツ 焼き魚 ポークウィンナー サラダ 生野菜の盛合せ 冷やっこ ふりかけ 小梅 漬物 味噌汁	朝食 （バイキング）
昼食 定食	冷やしそうめん ★ごはん ★カレー サーモンフライ ★ナスのオランダ煮 ★生野菜 ★フルーツポンチ 漬物	塩ラーメン ★ごはん ★カレー ギョーザフライ ★もやし中華和え ★生野菜 ★フルーツポンチ 漬物	冷やしうどん ★ごはん ★カレー 銀むつフライ ★高野豆腐の野菜あんかけ ★生野菜 ★フルーツポンチ 漬物	醤油ラーメン ★ごはん ★カレー 栗かぼちゃコロケ ★インゲンとベーコンソテー ★生野菜 ★フルーツポンチ 漬物	昼食 （定食）
夕食 バイキング	ごはん ナポリタンスパゲッティ 肉じゃが チキンナゲット コーンたっぷりフライ フライドポテト ごぼうサラダ 生野菜の盛合せ カットフルーツ 漬物 スープ	ごはん 焼きうどん マーボー豆腐 フランクフルト イカフライ フライドポテト 春雨のドレッシング和え 生野菜の盛合せ カットフルーツ 漬物 味噌汁	ごはん ナポリタンスパゲッティ ロースとんかつ ミニ串天 レンコンの含め煮 フライドポテト ほうれん草のごま和え 生野菜の盛合せ カットフルーツ 漬物 ワンタンスープ	ごはん 焼きそば ハンバーグ 野菜春巻き 筑前煮 フライドポテト ブロッコリーのお浸し 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	2(水).6(日).10(木). 14(月).18(金).22(火). 26(土).30(水)	3(木).7(月).11(金). 15(火).19(土).23(水). 27(日).31(木)	4(金).8(火).12(土). 16(水).20(日).24(木). 28(月)	1(火).5(土).9(水). 13(日).17(木).21(月). 25(金).29(火)	日

※ 昼食は定食ですが、★印のメニュー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。

## 今月の食育の日メニュー!

8月19日(土)の昼食は、「夏野菜カレー」がです。





# 平成29年8月 レストランメニュー 7大アレルギー表

パターン①		パターン②		パターン③		パターン④			
日	2(水).6(日).10(木). 14(月).18(金).22(火). 26(土).30(水)	7大アレルギー	3(木).7(月).11(金). 15(火).19(土).23(水). 27(日).31(木)	7大アレルギー	4(金).8(火).12(土). 16(水).20(日).24(木). 28(月)	7大アレルギー	1(火).5(土).9(水). 13(日).17(木).21(月). 25(金).29(火)	7大アレルギー	日
		小麦 卵 乳 そば 落花生 エビ カニ		小麦 卵 乳 そば 落花生 エビ カニ		小麦 卵 乳 そば 落花生 エビ カニ		小麦 卵 乳 そば 落花生 エビ カニ	
朝食 (バイキング)	ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		朝食 (バイキング)
	ブレーンオムレツ	●●	厚焼き玉子	●●●	ミックスドームオムレツ	△●	ミートオムレツ	●●	
	焼き魚		焼き魚		焼き魚		焼き魚		
	肉団子	●△●	キャベツボール	●	シューマイ	●●	ポークウインナー	●●	
	サラダ	●●●	サラダ	●●●	サラダ	●●●	サラダ	●●●	
	生野菜の盛合せ		生野菜の盛合せ		生野菜の盛合せ		生野菜の盛合せ		
	納豆	●●	冷やっこ		納豆	●●	冷やっこ		
	味付けのり	●	ふりかけ	●	味付けのり	●	ふりかけ	●●	
	小梅		小梅		小梅		小梅		
	漬物	●	漬物	●	漬物	●	漬物	●	
味噌汁	●	味噌汁	●	味噌汁	●	味噌汁	●		
昼食 (定食)	冷やしそうめん	●●△△△	塩ラーメン	●△△△△	冷やしうどん	●●	醤油ラーメン	●△△△△	
	★ごはん		★ごはん		★ごはん		★ごはん		
	★カレー	●●●	★カレー	●●●	★カレー	●●●	★カレー	●●●	
	サーモンフライ	●●	ギョーザフライ	●●●	銀むつフライ	●●	栗かぼちゃコロケ	●△●△△	
	★ナスのオランダ煮	●●	★もやし中華和え	●●●	★高野豆腐の野菜あんかけ	●●	★インゲンとベーコンソテー	●●●	
	★生野菜		★生野菜		★生野菜		★生野菜		
★フルーツポンチ		★フルーツポンチ		★フルーツポンチ		★フルーツポンチ			
漬物	●	漬物	●	漬物	●	漬物	●		
夕食 (バイキング)	ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		夕食 (バイキング)
	ナポリタンスパゲッティ	●	焼きうどん	●●	ナポリタンスパゲッティ	●●	焼きそば	●●●	
	肉じゃが		マーボー豆腐	●●●	ローズとんかつ	●△	ハンバーグ	●△●	
	チキンナゲット	●	フランクフルト	●●●	ミニ串天	●●	野菜春巻き	●●△	
	コーンたっぷりフライ	●△	イカフライ	●△	レンコンの含め煮	●	筑前煮	●	
	フライドポテト		フライドポテト		フライドポテト		フライドポテト		
	ごぼうサラダ	●●	春雨のドレッシング和え	●●	ほうれん草のごま和え	●	ブロッコリーのお浸し	●●	
	生野菜の盛合せ		生野菜の盛合せ		生野菜の盛合せ		生野菜の盛合せ		
	カットフルーツ		カットフルーツ		カットフルーツ		カットフルーツ		
	漬物	●	漬物	●	漬物	●	漬物	●	
スープ	●	味噌汁	●	ワンタンスープ	●	味噌汁	●		
日	2(水).6(日).10(木). 14(月).18(金).22(火). 26(土).30(水)	7大アレルギー	3(木).7(月).11(金). 15(火).19(土).23(水). 27(日).31(木)	7大アレルギー	4(金).8(火).12(土). 16(水).20(日).24(木). 28(月)	7大アレルギー	1(火).5(土).9(水). 13(日).17(木).21(月). 25(金).29(火)	7大アレルギー	日

- 印は、そのアレルギーに該当するものです。
- △印は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。
- 昼食は定食ですが、★印はおかわりできます。
- 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。
- 仕入の都合により、内容は一部変更になる場合があります。



今月の食育の日メニュー！  
8月19日(土)の昼食は、「夏野菜カレー」が  
です。