



	パターン①	パターン②	パターン③	パターン④	
日	1(木).5(月).9(金).13(火) 17(土).21(水).25(日).29(木)	2(金).6(火).10(土).14(水) 18(日).22(木).26(月).30(金)	3(土).7(水).11(日).15(木) 19(月).23(金).27(火)	4(日).8(木).12(月).16(金) 20(火).24(土).28(水)	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	1(木).5(月).9(金).13(火) 17(土).21(水).25(日).29(木)	2(金).6(火).10(土).14(水) 18(日).22(木).26(月).30(金)	3(土).7(水).11(日).15(木) 19(月).23(金).27(火)	4(日).8(木).12(月).16(金) 20(火).24(土).28(水)	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 2018年11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(木).5(月).9(金).13(火) 17(土).21(水).25(日).29(木)		小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	2(金).6(火).10(土).14(水) 18(日).22(木).26(月).30(金)		小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	3(土).7(水).11(日).15(木) 19(月).23(金).27(火)		小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	4(日).8(木).12(月).16(金) 20(火).24(土).28(水)		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	1(木).5(月).9(金).13(火) 17(土).21(水).25(日).29(木)	7大アレルギー							2(金).6(火).10(土).14(水) 18(日).22(木).26(月).30(金)	7大アレルギー							3(土).7(水).11(日).15(木) 19(月).23(金).27(火)	7大アレルギー							4(日).8(木).12(月).16(金) 20(火).24(土).28(水)	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。