



	パターン①	パターン②	パターン③	パターン④	
日	3(月).7(金).11(火).15(土) 19(木).23(日).27(木).31(月)	4(火).8(土).12(水).16(日) 20(木).24(月).28(金)	1(土).5(水).9(日).13(木) 17(月).21(金).25(火).29(土)	2(日).6(木).10(月).14(金) 18(火).22(土).26(水).30(日)	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	3(月).7(金).11(火).15(土) 19(木).23(日).27(木).31(月)	4(火).8(土).12(水).16(日) 20(木).24(月).28(金)	1(土).5(水).9(日).13(木) 17(月).21(金).25(火).29(土)	2(日).6(木).10(月).14(金) 18(火).22(土).26(水).30(日)	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12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																
	3(月).7(金).11(火).15(土) 19(木).23(日).27(木).31(月)		小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	4(火).8(土).12(水).16(日) 20(木).24(月).28(金)		小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	1(土).5(水).9(日).13(木) 17(月).21(金).25(火).29(土)		小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	2(日).6(木).10(月).14(金) 18(火).22(土).26(水).30(日)		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 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 えびカツ ★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 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 		●								<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 		●	●					●				△	



- ・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。