



富山県砺波青少年自然の家



平成30年2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(金).6(火).10(土). 14(水).18(日).22(木). 26(月)	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)	1(木).5(月).9(金). 13(火).17(土).21(水). 25(日)	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 五目巾着の煮つけ 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 ポークウインナー サラダ 生野菜の盛合せ 高野豆腐の煮物 ふりかけ 小梅 漬物 味噌汁	朝食 バイキング
昼食 定食	牛丼 ★ごはん アジフライ ★豆乳がんもと冬瓜の煮物 ★生野菜 ★フルーツポンチ ★漬物 ★味噌汁	塩ラーメン ★ごはん ★カレー 大判包み揚げフライ ★ほうれん草のナムル ★生野菜 ★フルーツポンチ ★漬物	うどん ★ごはん ★カレー タコキャベツカツ ★マーボー豆腐 ★生野菜 ★フルーツポンチ ★漬物	醤油ラーメン ★ごはん ★カレー チキンカツ ★白菜のすき焼き煮 ★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 ロースとんかつ ポロロセージスライス フライドポテト 春雨サラダ 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 焼きうどん つくね串 ふの玉子とじ カレーコロッケ フライドポテト カリフラワーサラダ 生野菜の盛合せ カットフルーツ 漬物 味噌汁	ごはん 焼きそば 肉団子(チリソース味) うずら串フライ メンマの炒め煮 フライドポテト いんげんサラダ 生野菜の盛合せ カットフルーツ 漬物 ワタンスープ	ごはん ナポリタンスパゲッティ カニしぐれフライ フライドポテト キャベツ焼き 大根の含め煮 ビーンズサラダ 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(金).6(火).10(土). 14(水).18(日).22(木). 26(月)	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)	1(木).5(月).9(金). 13(火).17(土).21(水). 25(日)	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!
 2月11日(日)の昼食に「野菜たっぷりクリームシチュー」がでます。ご賞味ください。



平成30年2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(金).6(火).10(土). 14(水).18(日).22(木). 26(月)	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	1(木).5(月).9(金). 13(火).17(土).21(水). 25(日)	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)
	ブレンオムレツ	●●	厚焼き玉子	●●●	ミックストームオムレツ	△●	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	●●●	五目巾着の煮つけ	●	納豆	●●	高野豆腐の煮物	●●	
	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)	牛丼	●	塩ラーメン	●△△△	うどん	●●	醤油ラーメン	●△△△	昼食 (定食)
	★ごはん		★ごはん		★ごはん		★ごはん		
	アジフライ	●△	★カレー	●●	★カレー	●●	★カレー	●●	
	★豆乳がんもどきと冬瓜の煮物	●	★大判包み揚げフライ	●●	★タコキャベツカツ	●●	★チキンカツ	●●	
	★生野菜		★ほうれん草のナムル		★マーボー豆腐	●●	★白菜のすき焼き煮	●	
	★フルーツポンチ		★生野菜		★生野菜		★生野菜		
	★漬物	●	★フルーツポンチ		★フルーツポンチ		★フルーツポンチ		
★味噌汁	●	★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)
	ナポリタンパゲッティ	●	焼きうどん	●●●	焼きそば	●●●	ナポリタンパゲッティ	●●●	
	肉じゃが		つくね串	●●	肉団子(チリソース味)	●●	カニしぐれフライ	●●●	
	ロースとんかつ	●	ふの玉子とじ	●●	うずら串フライ	●●	フライドポテト	●●●	
	ポロロセージスライス		カレーコロッケ	●△	メンマの炒め煮	●	キャベツ焼き	●●	
	フライドポテト		フライドポテト		フライドポテト		大根の含め煮	●●	
	春雨サラダ	●●	カリフラワーサラダ	●●	いんげんサラダ	●●	ビーンズサラダ	●●	
	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		
	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	●	
コンソメスープ	●	味噌汁	●	ワンタンスープ	●	味噌汁	●		
日	2(金).6(火).10(土). 14(水).18(日).22(木). 26(月)	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	1(木).5(月).9(金). 13(火).17(土).21(水). 25(日)	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!

2月11日(日)の昼食に「野菜たっぷりクリームシチュー」が
できます。ご賞味ください。