



	パターン①	パターン②	パターン③	パターン④	
日	4(水).8(日).12(木).16(月) 20(金).24(火).28(土)	1(日).5(木).9(月).13(金) 17(火).21(土).25(水).29(日)	2(月).6(金).10(火).14(土) 18(水).22(日).26(木).30(月)	3(火).7(土).11(水).15(日) 19(木).23(月).27(金).31(火)	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"> ・冷やしうどん ★ごはん ★カレー ・栗かぼちゃコロッケ ★生野菜 ★ほうれん草の和え物 ・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 ・グレードワンメンチカツ ★生野菜 ★茄子のナムル ・フルーツポンチ ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・冷やしそうめん ★ごはん ★カレー ・白身タルタルフライ ★生野菜 ★ごぼうサラダ ・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 ・チキンカツ ★生野菜 ★粉ふき芋・むき枝豆 ・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 ・ひじき煮 ・エビ風味すり身鹿の子 ・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 ・こんにゃく金平 ・鶏天 ・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 ・メンマの炒め煮 ・イカドーナツフライ ・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 ・水ギョウザ ・おからポテト ・フライドポテト ・蓮根の炒め煮 ・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	4(水).8(日).12(木).16(月) 20(金).24(火).28(土)	1(日).5(木).9(月).13(金) 17(火).21(土).25(水).29(日)	2(月).6(金).10(火).14(土) 18(水).22(日).26(木).30(月)	3(火).7(土).11(水).15(日) 19(木).23(月).27(金).31(火)	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7月分



日	パターン①								パターン②								パターン③								パターン④								日		
	7大アレルギー								7大アレルギー								7大アレルギー								7大アレルギー										
	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	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ
朝食 (バイキング)	4(水).8(日).12(木).16(月).20(金).24(火).28(土)								1(日).5(木).9(月).13(金).17(火).21(土).25(水).29(日)								2(月).6(金).10(火).14(土).18(水).22(日).26(木).30(月)								3(火).7(土).11(水).15(日).19(木).23(月).27(金).31(火)								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"> 冷やしうどん ★ごはん ★カレー 栗かぼちゃコロッケ ★生野菜 ★ほうれん草の和え物 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 グレードワンメンチカツ ★生野菜 ★茄子のナムル フルーツポンチ 漬物 								<ul style="list-style-type: none"> 冷やしそうめん ★ごはん ★カレー 白身タルタルフライ ★生野菜 ★ごぼうサラダ 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 チキンカツ ★生野菜 ★粉ふき芋・むき枝豆 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 ひじき煮 エビ風味すり身鹿の子 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 こんにやく金平 鶏天 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 メンマの炒め煮 イカドーナツフライ 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 水ぎょうざ おからポテト フライドポテト 蓮根の炒め煮 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	4(水).8(日).12(木).16(月).20(金).24(火).28(土)								1(日).5(木).9(月).13(金).17(火).21(土).25(水).29(日)								2(月).6(金).10(火).14(土).18(水).22(日).26(木).30(月)								3(火).7(土).11(水).15(日).19(木).23(月).27(金).31(火)								日		



- ☆ アレルギーをお持ちの方は、必ずアレルギー確認表を提出ください。
- ☆ ●はそのアレルギーに該当するものの印です。
- ☆ ドレッシング、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かけてください。
- ☆ 仕入の都合により一部変更になる場合があります。
- ☆ 昼食は、定食ですが★は、おかわりできます。
- ☆ ▲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。