



	パターン①	パターン②	パターン③	パターン④	
日	2(日).6(木).10(月).14(金) 18(火).22(土).26(水).30(日)	3(月).7(金).11(火).15(土) 19(水).23(日).27(木)	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)	日
朝食 ( バイキング )	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・プチふっくらオムレツ</li> <li>・焼き魚</li> <li>・チキンナゲット</li> <li>・サラダ</li> <li>・生野菜盛合せ</li> <li>・納豆</li> <li>・味付けのり</li> <li>・小梅</li> <li>・漬物</li> <li>・味噌汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・厚焼き玉子</li> <li>・肉団子</li> <li>・焼き魚</li> <li>・サラダ</li> <li>・生野菜盛合せ</li> <li>・惣菜金平</li> <li>・ふりかけ</li> <li>・小梅</li> <li>・漬物</li> <li>・味噌汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・星形オムレツ</li> <li>・ポークウインナー</li> <li>・焼き魚</li> <li>・サラダ</li> <li>・生野菜盛合せ</li> <li>・味付けのり</li> <li>・納豆</li> <li>・小梅</li> <li>・漬物</li> <li>・味噌汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・ミートオムレツ</li> <li>・シューマイ</li> <li>・高野豆腐の含め煮</li> <li>・焼き魚</li> <li>・サラダ</li> <li>・生野菜盛合せ</li> <li>・ふりかけ</li> <li>・小梅</li> <li>・漬物</li> <li>・味噌汁</li> </ul>	朝食 ( バイキング )
昼食 ( 定食 )	<ul style="list-style-type: none"> <li>・冷やしうどん</li> <li>★ごはん</li> <li>★カレー</li> <li>・栗かぼちゃコロケ</li> <li>★生野菜</li> <li>・フルーツポンチ</li> <li>・漬物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・醤油ラーメン</li> <li>★ごはん</li> <li>★カレー</li> <li>・グレードワンメンチカツ</li> <li>★生野菜</li> <li>・フルーツポンチ</li> <li>・漬物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・冷やしそうめん</li> <li>★ごはん</li> <li>★カレー</li> <li>・白身タルタルフライ</li> <li>★生野菜</li> <li>・フルーツポンチ</li> <li>・漬物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・塩ラーメン</li> <li>★ごはん</li> <li>★カレー</li> <li>・チキンカツ</li> <li>★生野菜</li> <li>・フルーツポンチ</li> <li>・漬物</li> </ul>	昼食 ( 定食 )
夕食 ( バイキング )	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・ナポリタンスパゲティ</li> <li>・ひじき煮</li> <li>・エビ風味すり身鹿の子</li> <li>・フライドポテト</li> <li>・もやしのお浸し</li> <li>・ミニフランクフルト</li> <li>・生野菜の盛合せ</li> <li>・カットフルーツ</li> <li>・漬物</li> <li>・コンソメスープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・焼きそば</li> <li>・こんにゃく金平</li> <li>・鶏天</li> <li>・フライドポテト</li> <li>・ミニステーキ</li> <li>・ブロッコリーサラダ</li> <li>・生野菜の盛合せ</li> <li>・カットフルーツ</li> <li>・漬物</li> <li>・味噌汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・ナポリタンスパゲティ</li> <li>・メンマの炒め煮</li> <li>・イカドーナツフライ</li> <li>・フライドポテト</li> <li>・春雨中華サラダ</li> <li>・ハンバーグ</li> <li>・生野菜盛合せ</li> <li>・カットフルーツ</li> <li>・漬物</li> <li>・中華スープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・焼きそば</li> <li>・水ギョウザ</li> <li>・おからポテト</li> <li>・フライドポテト</li> <li>・蓮根の炒め煮</li> <li>・花型お好み焼き</li> <li>・生野菜の盛合せ</li> <li>・カットフルーツ</li> <li>・漬物</li> <li>・味噌汁</li> </ul>	夕食 ( バイキング )
日	2(日).6(木).10(月).14(金) 18(火).22(土).26(水).30(日)	3(月).7(金).11(火).15(土) 19(水).23(日).27(木)	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)	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9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																
	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	3(月).7(金).11(火).15(土) 19(水).23(日).27(木)	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						
朝食 (バイキング)	・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		●						・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)	・冷やしうどん ★ごはん ★カレー ・栗かぼちゃコロッセ ★生野菜 ・フルーツポンチ ・漬物	●	●				△	△	・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 ・フルーツポンチ ・漬物	●	△	△	△			△	△	・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 ・フルーツポンチ ・漬物	●	●		△			△	△	・塩ラーメン ★ごはん ★カレー ・チキンカツ ★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 ・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	●							・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	●	●	●						・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	●								△	・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	●	●	●				△			
日	2(日).6(木).10(月).14(金) 18(火).22(土).26(水).30(日)	7大アレルギー							3(月).7(金).11(火).15(土) 19(水).23(日).27(木)	7大アレルギー							4(火).8(土).12(水).16(日) 20(木).24(月).28(金)	7大アレルギー							1(土).5(水).9(日).13(木) 17(月).21(金).25(火).29(土)	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。