

2024年10月 砺波青少年自然の家 レストラン アレルゲン表

砺波青少年自然の家 レストラン
2024.10.01更新

		月、水、金									
	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	えび	かに	胡桃	落花生	総量	
朝食	主食	白ご飯								200g	
	汁物	味噌汁								200ml	
	主菜	オムレツ	○	○	○						50g
		ミートボール	○	▲	○						50g
	副菜	野菜サラダ (キャベツ、トマト)									50g
		ポテトサラダ	○								30g
		漬物	○								5g
その他	ふりかけ	○	○	○		▲	▲			1個	
										540Kcal	

		火、木、土								
	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	えび	かに	胡桃	落花生	総量
	白ご飯									200g
	味噌汁									200ml
	ソーセージポイル			○						50g
	サワラの西京焼き	▲	▲	▲						50g
	野菜サラダ (キャベツ、トマト)									50g
			○							30g
	漬物	○								5g
	ふりかけ	○	○	○		▲	▲			1個
										470Kcal

		日								
	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	えび	かに	胡桃	落花生	総量
	白ご飯									200g
	味噌汁									200ml
	ミニハンバーグ	○		○						30g
	卵焼き	○	○	○						50g
	野菜サラダ (キャベツ、トマト)									50g
	ポテトサラダ		○							30g
	漬物	○								5g
	納豆	○								1個
										500Kcal

		月、水、金									
	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	えび	かに	胡桃	落花生	総量	
昼食	主食	混ぜ込みご飯								140g	
	汁物	きつねうどん	○							600g	
	主菜	コロッケ	○	○							80g
	副菜	野菜サラダ (キャベツ、トマト)									50g
		おひたし	○								10g
		漬物	○								5g
その他											
										710Kcal	

		火、木、土								
	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	えび	かに	胡桃	落花生	総量
	混ぜ込みご飯									200g
	味噌汁									200ml
	ハムカツ	○		○						120g
	野菜サラダ (キャベツ、トマト)									50g
	おひたし	○								10g
	漬物	○								5g
										750Kcal

		日								
	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	えび	かに	胡桃	落花生	総量
	カレーライス	○								600g
	味噌汁									200ml
	カラアゲ	○	○							150g
	野菜サラダ (キャベツ、トマト)									50g
	おひたし	○								10g
	漬物	○								5g
										750Kcal

		月、水、金									
	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	えび	かに	胡桃	落花生	総量	
夕食	主食	白ご飯								200g	
	汁物	味噌汁								200ml	
	主菜	肉王マンドウ	○		○						70g
		麻婆豆腐	○								60g
	副菜	野菜サラダ (キャベツ)									35g
		スパゲッティサラダ	○	○	○						20g
		きんぴら	○								20g
その他	フルーツ									30g	
										900Kcal	

		火、木、土								
	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	えび	かに	胡桃	落花生	総量
	白ご飯									200g
	豚汁	○								200ml
	チキン南蛮	○	○	○						120g
	春巻き	○				○				40g
	野菜サラダ (キャベツ)									35g
	スパゲッティサラダ	○	○	○						20g
	きんぴら	○								20g
	フルーツ									30g
										880Kcal

		日								
	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	えび	かに	胡桃	落花生	総量
	白ご飯									200g
	味噌汁									200ml
	スタミナ野菜炒め	○								120g
	野菜サラダ (キャベツ)									35g
	スパゲッティサラダ	○	○	○						20g
	きんぴら	○								20g
	アイスキャンディ									30g
										860Kcal

⚠️ 注意事項を必ずお読みください。 ⚠️

- はそのアレルゲンに該当するもの、▲はコンタミネーション注意喚起に該当するものです。
- 全ての食材を同じ揚げ油（白絞油）、調理器具にて調理しております。
- 特定食材の除去は対応しておりますが、誤配、誤った盛り付けなどの危険性を考慮し、特定食材の代替食の提供はお断りさせていただきます。**アナフィラキシーショック等、重度アレルギー対象の方は食品の持ち込みをお願いいたします。
- アレルゲン確認書にはアレルゲンとなる食材、除去希望の場合は除去する食材を必ず記していただきますよう、よろしくお願いたします。（例：卵アレルギー（加熱×） 1/1昼食 ○を載せない、ドレッシングをかけない）
- アレルギー対応が必要な方は、食事提供時一番最初に入場をお願いしております。先頭での入場が難しい場合は厨房へお声掛けしていただきますようお願いいたします。**
- ご利用当日、アレルギー詳細の質問にお答えできかねる場合がございます。必ず事前に 事務所（☎0763-37-2002）または厨房責任者 中瀬（seishounen.429@gmail.com）にお問い合わせください。

砺波青少年自然の家レストラン 幼児食メニュー 7大アレルギー表

令和6年度



朝食

8大アレルギー

		小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	クルミ
1	ごはん								
2	卵焼き	○	○						
3	ウインナー	○							
4	ナポリタン	○	○						
5	温野菜 (おかか和え)								
6	味噌汁								
7	お茶								



昼食

		小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	クルミ
1	おにぎり								
2	うどん	○	○						
3	グリルチキン	○							
4	サラダ (トマト、ブロッコリー)								
5	お茶								

夕食

		小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	クルミ
1	カレーライス	○		○					
2	ミニハンバーグ	○	○						
3	フライドポテト	○							
4	味付け野菜								
5	デザート								
6	お茶								



判断がつかなかったり、分からない事は予め調理員又は事務所へにお尋ねください。

※○は、そのアレルギーに該当するものです。

※ドレッシングは"小麦、ゴマ、乳、卵、落花生"を配合しています。成分表がありますので調理員にお尋ねください。

※季節要因や仕入れ状況により内容が異なる場合がございます。

※▲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場合がある）表示です。