

# 平成28年10月食堂メニューアレルギー 国立岩手山青少年交流の家

(注)下のメニューはあくまでも予定です。仕入れ等の事情により、食材等が変更になる場合があります。アレルギーについてご相談がある方は、「アレルギーに関するアンケート」をご提出の上、お手数ですが団体の代表者を通じて、あらかじめ食堂事務室(TEL:019-688-4417)までご連絡いただきますようお願い致します。

●:原材料として含む    △:製造工程において混入する可能性があるもの

NO. 1							
1日、7日、13日、19日、25日	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに

朝食	ごはん						
	食パン	●	●	●			
	おかゆ						
	味噌汁	●		●			
	コンソメスープ	●		●			
	朝のヘルシーカレー	●		●			
	竹輪の磯辺揚げ	●	●	●			△ △
	メンマの甘辛炒め	●		●			
	切干大根の煮物	●		●			
	野菜サラダ						
	ドレッシング	●	●				
	納豆	●					
	漬け物	●					
	小梅	●					
	ジャム						
マーガリン			●				
フリードリンク(注1)			●				

NO. 2							
2日、8日、14日、20日、26日、	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに

朝食	ごはん						
	食パン	●	●	●			
	おかゆ						
	味噌汁	●		●			
	中華スープ						
	朝のヘルシーカレー	●		●			
	ミートコロッケ	●	●	●			
	春雨中華						
	ひじきの煮物	●		●			
	野菜サラダ						
	ドレッシング	●	●				
	納豆	●					
	漬け物	●					
	小梅	●					
	ジャム						
マーガリン			●				
フリードリンク(注1)			●				

昼食	ごはん						
	盛岡じゃじゃめん	●					
	ゆかりごはん						
	味噌汁	●		●			
	中華スープ(卵スープ)		●				
	揚げギョーザ	●					
	和風ガーリックポテト	●		●			
	温野菜						
	彩りサラダ						
	パスタサラダ	●	●	●			
	ドレッシング	●	●				
	漬け物	●					
	(2種類)	●					
	フルーツデザート						
	フリードリンク(注1)			●			

昼食	ごはん						
	中華丼	●		●			
	ゆかりごはん						
	味噌汁	●		●			
	コンソメスープ	●		●			
	白身フライ	●					
	茄子の揚げ浸し	●		●			
	温野菜						
	彩りサラダ						
	パスタサラダ	●	●	●			
	ドレッシング	●	●				
	漬け物	●					
	(2種類)	●					
	フルーツデザート						
	フリードリンク(注1)			●			

夕食	ごはん						
	ゆかりごはん						
	マッシュポテト	●	●	●			
	味噌汁	●		●			
	コンソメスープ	●		●			
	鶏肉の南蛮漬	●	●	●			
	鮭フライ	●					
	かぼちゃの蒸し焼き	●		●			
	彩りサラダ						
	温野菜						
	ドレッシング	●	●				
	漬け物	●					
	(2種類)	●					
	フルーツデザート						
	フリードリンク(注1)			●			

夕食	ごはん						
	ゆかりごはん						
	マッシュポテト	●	●	●			
	味噌汁	●		●			
	中華スープ						
	チキンカツ	●	●	●			
	サワラの照り焼き	●					
	大根のそぼろ煮	●		●			
	彩りサラダ						
	温野菜						
	ドレッシング	●	●				
	漬け物	●					
	(2種類)	●					
	フルーツデザート						
	フリードリンク(注1)			●			

※(注1)フリードリンク(オレンジジュース・ウーロン茶・緑茶・牛乳・コーヒー)

# 平成28年10月食堂メニューアレルギー 国立岩手山青少年交流の家

(注)下のメニューはあくまでも予定です。仕入れ等の事情により、食材等が変更になる場合があります。アレルギーについてご相談がある方は、「アレルギーに関するアンケート」をご提出の上、お手数ですが団体の代表者を通じて、あらかじめ食堂事務室(TEL:019-688-4417)までご連絡いただきますようお願い致します。

●:原材料として含む      △:製造工程において混入する可能性があるもの

NO. 3							
3日、9日、15日、21日、27日、31日	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに

朝食	ごはん						
	食パン	●	●	●			
	おかゆ						
	味噌汁	●		●			
	コンソメスープ	●		●			
	朝のヘルシーカレー	●		●			
	オムレツ		●				
	大根ナムル	●					
	切干大根の煮物	●		●			
	野菜サラダ						
	ドレッシング	●	●				
	納豆	●					
	漬け物	●					
	小梅	●					
ジャム							
マーガリン			●				
フリードリンク(注1)			●				

NO. 4							
4日、10日、16日、22日、28日、	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに

朝食	ごはん						
	食パン	●	●	●			
	おかゆ						
	味噌汁	●		●			
	中華スープ						
	朝のヘルシーカレー	●		●			
	竹輪の磯辺揚げ	●	●	●			△ △
	メンマの甘辛炒め	●		●			
	ひじきの煮物	●		●			
	野菜サラダ						
	ドレッシング	●	●				
	納豆	●					
	漬け物	●					
	小梅	●					
ジャム							
マーガリン			●				
フリードリンク(注1)			●				

昼食	ごはん						
	野菜味噌ラーメン	●	●	●			
	ゆかりごはん						
	味噌汁	●		●			
	中華スープ						
	メンチカツ	●		●			
	わかめときのこの和え物	●		●			
	温野菜						
	彩りサラダ						
	パスタサラダ	●	●	●			
	ドレッシング	●	●				
	漬け物	●					
	(2種類)	●					
	フルーツデザート						
フリードリンク(注1)			●				

昼食	ごはん						
	豚肉スタミナ丼	●		●			
	ゆかりごはん						
	味噌汁	●		●			
	コンソメスープ	●		●			
	揚げシューマイ	●	●	●			
	和風ガーリックポテト	●		●			
	温野菜						
	彩りサラダ						
	パスタサラダ	●	●	●			
	ドレッシング	●	●				
	漬け物	●					
	(2種類)	●					
	フルーツデザート						
フリードリンク(注1)			●				

夕食	ごはん						
	ゆかりごはん						
	マッシュポテト	●	●	●			
	味噌汁	●		●			
	コンソメスープ	●		●			
	和風煮込みハンバーグ	●		●			
	イカカツ	●					
	がんもの煮物	●		●			
	彩りサラダ						
	温野菜						
	ドレッシング	●	●				
	漬け物	●					
	(2種類)	●					
	フルーツデザート						
フリードリンク(注1)			●				

夕食	ごはん						
	ゆかりごはん						
	マッシュポテト	●	●	●			
	味噌汁	●		●			
	中華スープ						
	ソーセージカツ	●		●			
	さばの塩焼き						
	かぼちゃの蒸し焼き	●		●			
	彩りサラダ						
	温野菜						
	ドレッシング	●	●				
	漬け物	●					
	(2種類)	●					
	フルーツデザート						
フリードリンク(注1)			●				

※(注1)フリードリンク(オレンジジュース・ウーロン茶・緑茶・牛乳・コーヒー)

# 平成28年10月食堂メニューアレルギー 国立岩手山青少年交流の家

(注)下のメニューはあくまでも予定です。仕入れ等の事情により、食材等が変更になる場合があります。アレルギーについてご相談がある方は、「アレルギーに関するアンケート」をご提出の上、お手数ですが団体の代表者を通じて、あらかじめ食堂事務室(TEL:019-688-4417)までご連絡いただきますようお願い致します。

●:原材料として含む    △:製造工程において混入する可能性があるもの

NO. 5							
5日、11日、17日、23日、29日、	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに

朝食	ごはん						
	食パン	●	●	●			
	おかゆ						
	味噌汁	●		●			
	コンソメスープ	●		●			
	朝のヘルシーカレー	●		●			
	ミートコロケ	●	●	●			
	春雨中華						
	切干大根の煮物	●		●			
	野菜サラダ						
	ドレッシング	●	●				
	納豆	●					
	漬け物	●					
	小梅	●					
	ジャム						
マーガリン			●				
フリードリンク(注1)			●				

NO. 6							
6日、12日、18日、24日、30日、	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに

朝食	ごはん						
	食パン	●	●	●			
	おかゆ						
	味噌汁	●		●			
	中華スープ						
	朝のヘルシーカレー	●		●			
	オムレツ		●				
	大根ナムル	●					
	ひじきの煮物	●		●			
	野菜サラダ						
	ドレッシング	●	●				
	納豆	●					
	漬け物	●					
	小梅	●					
	ジャム						
マーガリン			●				
フリードリンク(注1)			●				

昼食	ごはん						
	にゅうめん	●	●	●	△		
	ゆかりごはん						
	味噌汁	●		●			
	中華スープ						
	白身フライ	●					
	茄子の揚げ浸し	●		●			
	温野菜						
	彩りサラダ						
	パスタサラダ	●	●	●			
	ドレッシング	●	●				
	漬け物	●					
	(2種類)	●					
	フルーツデザート						
	フリードリンク(注1)			●			

昼食	ごはん						
	野菜かき揚げ丼	●		●			
	ゆかりごはん						
	味噌汁	●		●			
	コンソメスープ	●		●			
	肉団子の甘酢あん	●	●	●			
	わかめときのこの和え物	●		●			
	温野菜						
	彩りサラダ						
	パスタサラダ	●	●	●			
	ドレッシング	●	●				
	漬け物	●					
	(2種類)	●					
	フルーツデザート						
	フリードリンク(注1)			●			

夕食	ごはん						
	ゆかりごはん						
	マッシュポテト	●	●	●			
	味噌汁	●		●			
	コンソメスープ	●		●			
	茄子の肉詰めフライ	●					
	ホッケの塩焼き						
	大根のそぼろ煮	●		●			
	彩りサラダ						
	温野菜						
	ドレッシング	●	●				
	漬け物	●					
	(2種類)	●					
	フルーツデザート						
	フリードリンク(注1)			●			

夕食	ごはん						
	ゆかりごはん						
	マッシュポテト	●	●	●			
	味噌汁	●		●			
	中華スープ						
	豚肉のガーリック炒め	●		●			
	さばの竜田揚げ	●		●			
	がんもの煮物	●		●			
	彩りサラダ						
	温野菜						
	ドレッシング	●	●				
	漬け物	●					
	(2種類)	●					
	フルーツデザート						
	フリードリンク(注1)			●			

※(注1)フリードリンク(オレンジジュース・ウーロン茶・緑茶・牛乳・コーヒー)