3月食堂メニューアレルゲン表

（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								NO. 2								NO. 3							
	1日、7日、13日、19日、25日	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	2日、8日、14日、20日、26日	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	3日、9日、15日、21日、27日	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
朝食	ごはん								ごはん								ごはん							
	食パン	●	△	●					食パン	●	△	●					食パン	●	△	●				
	おかゆ								おかゆ								おかゆ							
	味噌汁								味噌汁								味噌汁							
	すまし汁								中華スープ								すまし汁							
	湯豆腐								肉団子のコンソメ煮	●	●	●					湯豆腐							
	オムレツ		●						ミートコロッケ	●	●	●					竹輪の磯辺揚げ	●	●	△			△	△
	インゲンベッパーソテー								大根のナムル	●							メンマのきんぴら	●						
	切り干し大根の煮物	●							ひじきの煮物	●							切り干し大根の煮物	●						
	野菜サラダ								野菜サラダ								野菜サラダ							
	ドレッシング（注２）	●	●						ドレッシング（注２）	●	●						ドレッシング（注２）	●	●					
	納豆	●							納豆	●							納豆	●						
	漬け物	●							漬け物	●							漬け物	●						
	小梅								小梅								小梅							
	ジャム								ジャム								ジャム							
	マーガリン			●					マーガリン			●					マーガリン			●				
	フリードリンク(注1)			●					フリードリンク(注1)			●					フリードリンク(注1)			●				
昼食	ごはん								ごはん								ごはん							
	盛岡じゃじゃめん	●							豚キムチ丼	●						●	味噌ラーメン	●	●					
	ゆかりごはん								ゆかりごはん								ゆかりごはん							
	味噌汁								味噌汁								味噌汁							
	中華スープ(卵スープ)		●						すまし汁								中華スープ							
	揚げギョーザ	●		△					白身フライ	●							キャベツメンチカツ	●		●				
	大豆ミートのトマト煮	●							ペッパーポテト								菜の花の和え物	●						
	温野菜								温野菜								温野菜							
	コールスロー								コールスロー								コールスロー							
	パスタサラダ	●	●	●					パスタサラダ	●	●	●					パスタサラダ	●	●	●				
	ドレッシング（注2）	●	●						ドレッシング（注2）	●	●						ドレッシング（注2）	●	●					
	漬け物	●							漬け物	●							漬け物	●						
	（２種類）	●							（２種類）	●							（２種類）	●						
	フルーツデザート								フルーツデザート								フルーツデザート							
	フリードリンク(注1)			●					フリードリンク(注1)			●					フリードリンク(注1)			●				
夕食	ごはん								ごはん								ごはん							
	ゆかりごはん								ゆかりごはん								ゆかりごはん							
	パスタソテー　クリーム	●		●					パスタソテー トマト	●							パスタソテー　和風	●						
	味噌汁								味噌汁								味噌汁							
	すまし汁								中華スープ								すまし汁							
	チキンカツ	●	●	●					豚肉の中華炒め	●							ピーマン肉詰めフライ	●	●	△				
	サワラの照り焼き	●							さばのあんかけ	●							ホッケの塩焼き	△						
	大根とコンニャクの田楽	●							芽キャベツのポトフ	●		●					高野豆腐の煮物	●						
	コールスロー								コールスロー								コールスロー							
	温野菜								温野菜								温野菜							
	ドレッシング（注２）	●	●						ドレッシング（注２）	●	●						ドレッシング（注２）	●	●					
	漬け物	●							漬け物	●							漬け物	●						
	日替わりカレー	●		●					日替わりカレー	●		●					日替わりカレー	●		●				
	フルーツデザート								フルーツデザート								フルーツデザート							
	フリードリンク(注1)			●					フリードリンク(注1)			●					フリードリンク(注1)			●				

	NO. 4								NO. 5								NO. 6							
	4日、10日、16日、22日、28日、31日	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	5日、11日、17日、23日、29日	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	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								ごはん								ごはん							
	食パン	●	△	●					食パン	●	△	●					食パン	●	△	●				
	おかゆ								おかゆ								おかゆ							
	味噌汁								味噌汁								味噌汁							
	中華スープ								すまし汁								中華スープ							
	肉団子のコンソメ煮	●	●	●					湯豆腐								肉団子のコンソメ煮	●	●	●				
	オムレツ		●						ミートコロッケ	●	●	●					竹輪の磯辺揚げ	●	●	△			△	△
	インゲンベッパーソテー								春雨中華	●							メンマのきんぴら	●						
	ひじきの煮物	●							切り干し大根の煮物	●							ひじきの煮物	●						
	野菜サラダ								野菜サラダ								野菜サラダ							
	ドレッシング（注２）	●	●						ドレッシング（注２）	●	●						ドレッシング（注２）	●	●					
	納豆	●							納豆	●							納豆	●						
	漬け物	●							漬け物	●							漬け物	●						
	小梅								小梅								小梅							
	ジャム								ジャム								ジャム							
	マーガリン			●					マーガリン			●					マーガリン			●				
	フリードリンク(注1)			●					フリードリンク(注1)			●					フリードリンク(注1)			●				
昼食	ごはん								ごはん								ごはん							
	ハッシュドポークライス	●		●					ベジタブルフォー	●	●						豚そぼろご飯	●	●					
	ゆかりごはん								ゆかりごはん								ゆかりごはん							
	味噌汁								味噌汁								味噌汁							
	すまし汁								中華スープ								すまし汁							
	揚げシューマイ	●	△	●			△	△	アジフライ	●							コーンコロッケ	●	●	●				
	大豆ミートのトマト煮	●							ペッパーポテト								菜の花の和え物	●						
	温野菜								温野菜								温野菜							
	コールスロー								コールスロー								コールスロー							
	パスタサラダ	●	●	●					パスタサラダ	●	●	●					パスタサラダ	●	●	●				
	ドレッシング（注2）	●	●						ドレッシング（注2）	●	●						ドレッシング（注2）	●	●					
	漬け物	●							漬け物	●							漬け物	●						
	（２種類）	●							（２種類）	●							（２種類）	●						
	フルーツデザート								フルーツデザート								フルーツデザート							
	フリードリンク(注1)			●					フリードリンク(注1)			●					フリードリンク(注1)			●				
夕食	ごはん								ごはん								ごはん							
	ゆかりごはん								ゆかりごはん								ゆかりごはん							
	パスタソテー　クリーム	●		●					パスタソテー トマト	●							パスタソテー　和風	●						
	味噌汁								味噌汁								味噌汁							
	中華スープ								すまし汁								中華スープ							
	豚肉のペッパー炒め	●							ハムカツ	●	△	●					トマト煮込みハンバーグ	●		●				
	いわしフライ	●							さばの塩焼き								イカカツ	●						
	大根とコンニャクの田楽	●							芽キャベツのポトフ	●		●					高野豆腐の煮物	●						
	コールスロー								コールスロー								コールスロー							
	温野菜								温野菜								温野菜							
	ドレッシング（注２）	●	●						ドレッシング（注２）	●	●						ドレッシング（注２）	●	●					
	漬け物	●							漬け物	●							漬け物	●						
	日替わりカレー	●		●					日替わりカレー	●		●					日替わりカレー	●		●				
	フルーツデザート								フルーツデザート								フルーツデザート							
	フリードリンク(注1)			●					フリードリンク(注1)			●					フリードリンク(注1)			●				

注1・・・フリードリンク（牛乳・ジュース≪オレンジ・山ぶどう・レモン≫・ウーロン茶・コーヒー・他）
注2・・・ドレッシング（マヨネーズ、フレンチドレッシング、青じそドレッシング、梅じそドレッシング）

国立岩手山青少年交流の家レストラン （ユーレストジャパン株式会社）