8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							
	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							
	すまし汁							
	日替わりパスタサラダ	●	●	●				
	竹輪の甘辛煮	●	●	△			△	△
	ツナとインゲンのマヨ和え		●					
	ひじきの煮物	●						
	野菜サラダ							
	ドレッシング（注２）	●	●					
	納豆	●						
	漬け物　小梅	●						
	ふりかけ	●		●				
	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)		●					
	白身フライ	●						
	小松菜の和え物	●						
	温野菜							
	コールスロー							
	ポテトサラダ	●	●	●				
	ドレッシング（注２）	●	●					
	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							
	冷製パスタ　和風	●						
	味噌汁							
	すまし汁							
	チキンカツ	●	●	●				
	鯖の塩焼き							
	がんもの含め煮	●						
	コールスロー							
	プチトマト							
	ドレッシング（注２）	●	●					
	漬け物	●						
	日替わりカレー	●		●				
	フルーツデザート							
	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							
	日替わりパスタサラダ	●	●	●				
	ミートコロッケ	●	●	●				
	大根ナムル	●						
	切干大根の煮物	●						
	野菜サラダ							
	ドレッシング（注２）	●	●					
	納豆	●						
	漬け物　小梅	●						
	ふりかけ	●		●				
	ジャム							
	マーガリン			●				
	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							
	すまし汁							
	揚げシューマイ甘酢あん	●	△	●			△	△
	揚げ茄子のおひたし	●						
	温野菜							
	コールスロー							
	ポテトサラダ	●	●	●				
	ドレッシング（注２）	●	●					
	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							
	冷製パスタ　イタリアン	●						
	味噌汁							
	中華スープ							
	豚肉のペッパーソテー	●						
	いわしフライ	●						
	豆腐サラダ							
	コールスロー							
	コロコロ胡瓜							
	ドレッシング（注２）	●	●					
	漬け物	●						
	日替わりカレー	●		●				
	フルーツデザート							
	フリードリンク(注1)			●				

	NO. 3							
	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							
	食パン	●	△	●				
	おかゆ							
	味噌汁							
	すまし汁							
	日替わりパスタサラダ	●	●	●				
	プレーンオムレツ		●					
	春雨中華	●						
	高野豆腐の煮物	●						
	野菜サラダ							
	ドレッシング（注２）	●	●					
	納豆	●						
	漬け物　小梅	●						
	ふりかけ	●		●				
	ジャム							
	マーガリン			●				
	フリードリンク(注1)			●				
昼食	ごはん							
	冷やし中華	●	●					
	ゆかりごはん							
	味噌汁							
	中華スープ							
	キャベツメンチカツ	●		●				
	わかめの酢の物	●						
	温野菜							
	コールスロー							
	ポテトサラダ	●	●	●				
	ドレッシング（注２）	●	●					
	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							
	冷製パスタ　和風	●						
	味噌汁							
	すまし汁							
	肉団子の酢豚風	●	●	●				
	イカカツ	●						
	かぼちゃのサラダ	●	●	●				
	コールスロー							
	プチトマト							
	ドレッシング（注２）	●	●					
	漬け物	●						
	日替わりカレー	●		●				
	フルーツデザート							
	フリードリンク(注1)			●				

	NO. 4							
	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
朝食	ごはん							
	食パン	●	△	●				
	おかゆ							
	味噌汁							
	中華スープ							
	日替わりパスタサラダ	●	●	●				
	竹輪の磯辺揚げ	●	●	△			△	△
	ツナとインゲンのマヨ和え		●					
	ひじきの煮物	●						
	野菜サラダ							
	ドレッシング（注２）	●	●					
	納豆	●						
	漬け物　小梅	●						
	ふりかけ	●		●				
	ジャム							
	マーガリン			●				
	フリードリンク(注1)			●				
昼食	ごはん							
	麻婆豆腐丼	●						
	ゆかりごはん							
	味噌汁							
	すまし汁							
	白身フライ	●						
	小松菜の和え物	●						
	温野菜							
	コールスロー							
	ポテトサラダ	●	●	●				
	ドレッシング（注２）	●	●					
	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							
	冷製パスタ　イタリアン	●						
	味噌汁							
	中華スープ							
	肉詰めピーマンフライ	●	●	△				
	サワラ西京焼き							
	がんもの含め煮	●						
	コールスロー							
	コロコロ胡瓜							
	ドレッシング（注２）	●	●					
	漬け物	●						
	日替わりカレー	●		●				
	フルーツデザート							
	フリードリンク(注1)			●				

	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							
	すまし汁							
	日替わりパスタサラダ	●	●	●				
	ミートコロッケ	●	●	●				
	春雨中華	●						
	切干大根の煮物	●						
	野菜サラダ							
	ドレッシング（注２）	●	●					
	納豆	●						
	漬け物　小梅	●						
	ふりかけ	●		●				
	ジャム							
	マーガリン			●				
	フリードリンク(注1)			●				
昼食	ごはん							
	冷ソーメン	●						
	ゆかりごはん							
	味噌汁							
	中華スープ							
	揚げギョーザ	●		△				
	揚げ茄子のおひたし	●						
	温野菜							
	コールスロー							
	ポテトサラダ	●	●	●				
	ドレッシング（注２）	●	●					
	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							
	冷製パスタ　和風	●						
	味噌汁							
	すまし汁							
	豚肉の中華炒め	●						
	さばの南蛮漬け	●						
	豆腐サラダ							
	コールスロー							
	プチトマト							
	ドレッシング（注２）	●	●					
	漬け物	●						
	日替わりカレー	●		●				
	フルーツデザート							
	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							
	日替わりパスタサラダ	●	●	●				
	プレーンオムレツ		●					
	大根ナムル	●						
	高野豆腐の煮物	●						
	野菜サラダ							
	ドレッシング（注２）	●	●					
	納豆	●						
	漬け物　小梅	●						
	ふりかけ	●		●				
	ジャム							
	マーガリン			●				
	フリードリンク(注1)			●				
昼食	ごはん							
	豚そぼろ丼	●	●					
	ゆかりごはん							
	味噌汁							
	すまし汁							
	野菜コロッケ	●	●	●				
	わかめの酢の物	●						
	温野菜							
	コールスロー							
	ポテトサラダ	●	●	●				
	ドレッシング（注２）	●	●					
	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							
	冷製パスタ　イタリアン	●						
	味噌汁							
	中華スープ							
	ミートボールのケチャップ煮	●	●	●				
	アジフライ	●						
	かぼちゃのサラダ	●	●	●				
	コールスロー							
	コロコロ胡瓜							
	ドレッシング（注２）	●	●					
	漬け物	●						
	日替わりカレー	●		●				
	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（牛乳・ジュース≪オレンジ・山ぶどう・レモン≫・ウーロン茶・緑茶・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）