

1・2・3月メニュー アレルゲン表

国立立山青少年自然の家

1月	1・7・13・19・25・31	特定原材料							
2月	6・12・18・24								
3月	2・8・14・20・26								
	NO.1	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ
		 Wheat	 Egg	 Milk	 Buckwheat	 Peanut	 Shrimp	 Crab	 Walnut
朝食	ミートボール	●	●	●					
	オムレツ	●	●	●					
	ひじき煮	●							
	スパゲティサラダ	●	●						
	わかめの味噌汁								
	千切りキャベツ								
	ごはん								
	納豆	●							
	食パン	●		●					
	いちごジャム								
昼食	とろろ昆布うどん	●							
	豚肉入り野菜炒め								
	メンチカツ	●		●					
	和風マーボー茄子	●							
	杏仁フルーツ			●					
	千切りキャベツ								
	カーネルコーン								
	ごはん								
	さくら漬け								
夕食	ソース焼きそば	●							
	デミグラスソースハンバーグ	●		●					
	アジフライ	●							
	さつま芋甘露煮	●							
	マカロニサラダ	●	●						
	大根の味噌汁								
	プリン			●					
	千切りキャベツ								
	海藻ミックス								
	ごはん								
	さくら漬け								
共通	青じそドレッシング	●							
	フレンチ白ドレッシング（小袋）								
	ケチャップ								
	醤油（小袋）	●							
	卓上とんかつソース								

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルゲン表示をご確認ください。

・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

1・2・3月メニューアレルゲン表

国立立山青少年自然の家

1月	2・8・14・20・26	特定原材料							
2月	1・7・13・19・25								
3月	3・9・15・21・27								
分類	NO.2	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ
朝食	ボイルウィンナー								
	スクランブルエッグ	●	●	●					
	卵の花	●							
	スペaghettiサラダ	●	●						
	玉葱の味噌汁								
	千切りキャベツ								
	ごはん								
	納豆	●							
	食パン	●		●					
	いちごジャム								
昼食	ハヤシライス	●							
	チャプチェ	●							
	コーンフライ	●							
	大根と牛すじの煮物	●							
	青菜のすまし汁								
	黒糖ゼリー								
	千切りキャベツ								
	カーネルコーン								
	ごはん								
	さくら漬け								
夕食	スペaghettiナポリタン	●							
	蒸し焼壳	●							
	栗かぼちゃコロッケ	●	●	●					
	白菜のうま煮	●							
	ポテトサラダ	●	●	●					
	ごぼうの味噌汁								
	ヨーグルト			●					
	千切りキャベツ								
	海藻ミックス								
	ごはん								
共通	青じそドレッシング	●							
	フレンチ白ドレッシング（小袋）								
	ケチャップ								
	醤油（小袋）	●							
	卓上とんかつソース								

- ・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルゲン表示をご確認ください。
- ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

1・2・3月メニューアレルゲン表

国立立山青少年自然の家

1月	3・9・15・21・27	特定原材料							
2月	2・8・14・20・26								
3月	4・10・16・22・28								
分類	NO.3	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ
朝食	白身魚フライ	●							
	厚焼き玉子	●	●						
	切干大根	●							
	スパゲティサラダ	●	●						
	ほうれん草の味噌汁								
	千切りキャベツ								
	ごはん								
	納豆	●							
	食パン	●		●					
	いちごジャム								
昼食	五目まぜご飯	●							
	野菜とビーフンのカレー風味炒め								
	ピーマン肉詰めフライ	●							
	塩肉じゃが								
	わかめスープ								
	パイン&みかん缶								
	千切りキャベツ								
	カーネルコーン								
	ごはん								
	さくら漬け								
夕食	塩焼きそば	●							
	揚げギョウザ	●							
	野菜とチキンのトマト煮								
	きんぴら								
	パンプキンサラダ	●	●	●					
	白菜の味噌汁								
	ゼリー(ぶどう&りんご)								
	千切りキャベツ								
	海藻ミックス								
	ごはん								
共通	青じそドレッシング	●							
	フレンチ白ドレッシング(小袋)								
	ケチャップ								
	醤油(小袋)	●							
	卓上とんかつソース								

- ・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルゲン表示をご確認ください。
- ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

1・2・3月メニュー アレルゲン表

国立立山青少年自然の家

1月	4・10・16・22・28	特定原材料							
2月	3・9・15・21・27								
3月	5・11・17・23・29								
分類	NO.4	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ
朝食	ミートボール	●	●	●					
	オムレツ	●	●	●					
	ひじき煮	●							
	スペaghettiサラダ	●	●						
	わかめの味噌汁								
	千切りキャベツ								
	ごはん								
	納豆	●							
	食パン	●		●					
	いちごジャム								
昼食	とろろ昆布うどん	●							
	ツナと野菜の炒め								
	鶏肉の竜田揚げ	●	●						
	かぼちゃの煮物								
	杏仁フルーツ				●				
	千切りキャベツ								
	カーネルコーン								
	ごはん								
	さくら漬け								
夕食	和風ツナスパゲティ	●							
	甘酢肉団子	●	●	●					
	ハムカツ	●	●	●					
	さつま芋甘露煮	●							
	マカロニサラダ	●	●						
	大根の味噌汁								
	プリン			●					
	千切りキャベツ								
	海藻ミックス								
	ごはん								
	さくら漬け								
共通	青じそドレッシング	●							
	フレンチ白ドレッシング(小袋)								
	ケチャップ								
	醤油(小袋)	●							
	卓上とんかつソース								

- ・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルゲン表示をご確認ください。
- ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

1・2・3月メニュー アレルゲン表

国立立山青少年自然の家

1月	5・11・17・23・29	特定原材料							
2月	4・10・16・22・28								
3月	6・12・18・24・30								
分類	NO.5	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ
朝食	ボイルウィンナー								
	スクランブルエッグ	●	●	●					
	卵の花	●							
	スペゲティサラダ	●	●						
	玉葱の味噌汁								
	千切りキャベツ								
	ごはん								
	納豆	●							
	食パン	●		●					
	いちごジャム								
昼食	カレーライス								
	味噌チャブチエ								
	コーンフライ	●							
	さつま揚げ煮	●							
	青菜のすまし汁								
	黒糖ゼリー								
	千切りキャベツ								
	カーネルコーン								
	ごはん								
	さくら漬け								
夕食	醤油やきそば	●							
	蒸し焼壳	●							
	ささみしそ巻きフライ	●							
	白菜のうま煮	●							
	ポテトサラダ	●	●	●					
	ごぼうの味噌汁								
	ヨーグルト			●					
	千切りキャベツ								
	海藻ミックス								
	ごはん								
共通	さくら漬け								
	青じそドレッシング	●							
	フレンチ白ドレッシング（小袋）								
	ケチャップ								
	醤油（小袋）	●							
	卓上とんかつソース								

- ・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルゲン表示をご確認ください。
- ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

1・2・3月メニュー アレルゲン表

国立立山青少年自然の家

1月	6・12・18・24・30	特定原材料							
2月	5・11・17・23								
3月	1・7・13・19・25・31								
分類	NO.6	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ
朝食	白身魚フライ	●							
	厚焼き玉子	●	●						
	切干大根	●							
	スパゲティサラダ	●	●						
	ほうれん草の味噌汁								
	千切りキャベツ								
	ごはん								
	納豆	●							
	食パン	●		●					
	いちごジャム								
昼食	ツナの混ぜごはん								
	野菜とビーフンの中華炒め								
	チキンナゲット	●	●	●					
	野菜とウインナーのポトフ								
	わかめスープ								
	パイン&みかん缶								
	千切りキャベツ								
	カーネルコーン								
	ごはん								
	さくら漬け								
夕食	ガーリックパスタ	●							
	一口とんかつ	●	●	●					
	野菜とチキンのトマト煮								
	きんぴら								
	パンプキンサラダ	●	●	●					
	白菜の味噌汁								
	ゼリー(ぶどう&りんご)								
	千切りキャベツ								
	海藻ミックス								
	ごはん								
共通	青じそドレッシング	●							
	フレンチ白ドレッシング(小袋)								
	ケチャップ								
	醤油(小袋)	●							
	卓上とんかつソース								

- ・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルゲン表示をご確認ください。
- ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。