2018年 8月 7大アレルゲン表

なすかしの森レストラン

	No.1								No.2								No.3							
日付	3日9日15日21日27日								4日10日16日22日28日								5日11日17日23日29日							
朝食		小麦	卵	乳	そば	落花生	海老	蟹		小麦	卵	乳	そば	落花生	海老	蟹		小麦	卵	乳	そば	落花生	海老	蟹
	ご飯								ご飯								ご飯							
汁物	味噌汁								味噌汁								味噌汁							
汁物②	もやしのスープ	●							玉葱のスープ	●							オニオンスープ	●						
主食②	お粥								リゾット	●		●					きのこの雑炊	●						
主菜①	さわら照り焼き	●							餡みりん焼き	●							さつまごぼう巻き	●	●	●				
主菜②	わかめ入り炒り玉子	●	●						スクランブルエッグベジタブル	●	●	●					ほうれん草スクランブル		●	●				
主菜③	ハム野菜ソテー	●	●	●					ウィンナーと蒸し野菜	●	●	●					キャベツとコーンの炒め	●						
副菜①	切干大根の煮物	●							ひじきと枝豆の煮物	●							つきコンニャクのピリ辛煮	●						
副菜②	ツナとインゲンのマヨ和え		●						マカロニのミックスサラダ	●							花野菜のイタリアンサラダ							
	焼きたてパン	●	●	●					焼きたてパン	●	●	●					焼きたてパン	●	●	●				
	サラダコーナー（日替り）	●	●						サラダコーナー（日替り）	●	●						サラダコーナー（日替り）	●	●					
	納豆,ふりかけ,漬物	●	●	●					納豆,ふりかけ,漬物	●	●	●					納豆,ふりかけ,漬物	●	●	●				
	フリードリンク								フリードリンク								フリードリンク							
昼食																								
	ご飯								ご飯								ご飯							
主食①	なすかしカレー	●		●					味めし	●							なすかしカレー	●		●				
麺①	冷やし中華	●	●						刻み昆布つゆそば、うどん（冷）	●	●		●				支那そば	●	●	●				
麺②	ソース焼きそば	●	●						ツナスパ	●		●					塩焼そば	●	●	●				
主菜	ピーマン肉詰めフライ	●	●	●					挽肉豆腐挟み揚げ	●	●	●					たっぷりコーンフライ	●		●				
副菜①	竹の子旨煮	●							白玉の白みそあん	●							アジアンホットポテト	●						
副菜②	挽肉ともやしの中華炒め	●							花野菜オーブン焼き	●		●					ニンニクの芽中華炒め	●						
副菜③	大根と人参のなます	●							枝豆と若芽の酢の物	●							茄子のおろし和え	●						
汁物	花麩と海苔の澄まし汁	●							中華スープ	●							あおさ汁	●						
	漬物								漬物								漬物							
	フルーツ（日替り）								フルーツ（日替り）								フルーツ（日替り）							
	サラダコーナー（日替り）	●	●						サラダコーナー（日替り）	●	●						サラダコーナー（日替り）	●	●					
	フリードリンク								フリードリンク								フリードリンク							
夕食																								
	ご飯								ご飯								ご飯							
汁物	味噌汁								すまし汁	●							味噌汁							
麺①	白菜と挽肉の中華春雨	●							焼きうどん	●							ガーリックスパゲティ	●		●				
主菜①	照り焼きハンバーグ	●	●	●					蓮根はさみ天ぷら	●							揚げ餃子あんかけ	●	●					
主菜②	アジフライ	●							笹かまぼこ生姜あんかけ	●	●						青魚のしそ巻きフライ	●						
副菜①	里芋とおくらの煮物	●							豆腐のねぎたれかけ	●							五宝菜	●						
副菜②	わかめとツナの塩炒め	●							かぼちゃのパン粉焼き	●							高原キャベツのみそ炒め	●						
副菜③	バンバンジー	●							キャベツナムル								バンサンスー	●						
デザート	日替わりゼリー								日替わりゼリー								日替わりゼリー							
	漬物	●							漬物	●							漬物	●						
	えびせん	●					●		スチームポテト	●							えびせん	●						●
	高原野菜サラダ								高原野菜サラダ								高原野菜サラダ							
	サラダコーナー（日替り）	●	●						サラダコーナー（日替り）	●	●						サラダコーナー（日替り）	●	●					
	フリードリンク								フリードリンク								フリードリンク							

	No.4								No.5								No.6							
日付	6日12日18日24日30日								1日7日13日19日25日31日								2日8日14日20日26日							
朝食		小麦	卵	乳	そば	落花生	海老	蟹		小麦	卵	乳	そば	落花生	海老	蟹		小麦	卵	乳	そば	落花生	海老	蟹
	ご飯								ご飯								ご飯							
汁物	味噌汁								味噌汁								味噌汁							
汁物②	玉子スープ	●	●						水菜のチキンスープ	●							大根の中華スープ	●						
主食②	リゾット	●		●					中華粥	●							たまご雑炊		●					
主菜①	ホキの塩焼き								さわら塩焼き								ししゃも焼き							
主菜②	青豆炒り玉子	●	●	●					ニラ玉子あんかけ	●	●	●					スクランブルエッグプレーン	●	●	●				
主菜③	野菜炒め	●							キャベツと小松菜炒め	●							コーンポテトソテー	●		●				
副菜①	刻み昆布の煮物	●							れんこんきんぴら	●							おから煮物	●						
副菜②	スパゲティーサラダ	●		●					枝豆の梅和え								いんげんの胡麻和え	●						
	焼きたてパン	●	●	●					焼きたてパン	●	●	●					焼きたてパン	●	●	●				
	サラダコーナー（日替り）	●	●						サラダコーナー（日替り）	●	●						サラダコーナー（日替り）	●	●					
	納豆,ふりかけ,漬物	●	●	●					納豆,ふりかけ,漬物	●	●	●					納豆,ふりかけ,漬物	●	●	●				
	フリードリンク								フリードリンク								フリードリンク							
昼食																								
	ご飯								ご飯								ご飯							
主食①	森の炊き込みピラフ	●	●	●					なすかしカレー	●		●					ベーコン洋風炊込みご飯	●	●	●				
麺①	冷やしそば、うどん	●	●		●				ごま塩らーめん	●	●						冷やしそーめん	●	●					
麺②	オクラと青のりの冷製パスタ	●							五目やきそば	●	●	●					ペペロンチーノ	●		●				
主菜	野菜コロッケ	●	●	●					揚げしゅうまい	●							野菜掻き揚げ	●	●					
副菜①	高野豆腐の玉子とじ	●	●						がんも京風煮	●							雷こんにゃく	●						
副菜②	コーンと玉葱の香草焼き	●							いんげんと挽肉黒コショウ炒め	●							ちくわとブロッコリーの中華炒め	●	●					
副菜③	ほうれん草おかか和え	●							小松菜のわさび和え	●							絹さや生姜醤油おひたし	●						
汁物	野菜スープ	●							きのこ汁	●							ワカメスープ	●						
	漬物								漬物								漬物							
	フルーツ（日替り）								フルーツ（日替り）								フルーツ（日替り）							
	サラダコーナー（日替り）	●	●						サラダコーナー（日替り）	●	●						サラダコーナー（日替り）	●	●					
	フリードリンク								フリードリンク								フリードリンク							
夕食																								
	ご飯								ご飯								ご飯							
汁物	すまし汁	●							ニラ玉スープ	●	●						すまし汁	●						
麺①	キムチやきそば	●	●				●		春雨ともやしのビビンバ炒め	●							枝豆入り醤油やきそば	●	●	●				
主菜①	チキンカツ	●	●						和風おろしハンバーグ	●	●	●					ソーセージカツ	●	●	●				
主菜②	小あじ南蛮漬け	●							いわしフライ	●							はんぺんチリソース	●	●					
副菜①	厚揚げの挽肉みそあんかけ	●							マッシュポテト	●		●					じゃが芋みそ煮	●						
副菜②	スナップエンドウときくらげの中華炒め	●							中華野菜炒め	●							パプリカともやしのオイスター炒め	●						
副菜③	わかめと玉葱のポン酢和え	●							ひじきともやしのナムル	●							ほうれん草のからし和え	●						
デザート	日替わりゼリー								日替わりゼリー								日替わりゼリー							
	漬物	●							漬物	●							漬物	●						
	スチームポテト	●					●		えびせん	●						●	スチームポテト	●						
	高原野菜サラダ								高原野菜サラダ								高原野菜サラダ							
	サラダコーナー（日替り）	●	●						サラダコーナー（日替り）	●	●						サラダコーナー（日替り）	●	●					
	フリードリンク								フリードリンク								フリードリンク							

※うどん麺には小麦、そば麺には卵、小麦、そばが含まれています
※ドレッシングには、フレンチドレッシングに卵、青じそドレッシングに小麦、サウザン・胡麻ドレッシングに小麦、卵が含まれます

Eurest ユーレストジャパン株式会社