



2018年 4月

7大アレルギー表

なすかしの森レストラン

No. 1	No. 2					No. 3					No. 4					No. 5					No. 6													
	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	小麦	卵	乳	そば	落花生	海老	蟹	小麦	卵	乳	そば	落花生	海老
日付	5日11日17日23日29日					6日12日18日24日30日					1日7日13日19日25日					2日8日14日20日26日					3日9日15日21日27日					4日10日16日22日28日								
朝食	ご飯 味噌汁					ご飯 味噌汁					ご飯 味噌汁					ご飯 味噌汁					ご飯 味噌汁					ご飯 味噌汁								
汁物	もやしのスープ					玉葱のスープ					オニオンスープ					玉子スープ					水菜のチキンスープ					大根の中華スープ								
汁物②	お粥					リゾット					きのこの雑炊					リゾット					中華粥					たまご雑炊								
主食②	さわら照り焼き					鱈みりん焼き					さつまごぼう巻き					ホキの塩焼き					さわら塩焼き					ししゃも焼き								
主菜①	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					青豆炒り玉子					ニラ玉子あんかけ					スクランブルエッグフレーン								
主菜②	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					野菜炒め					キャベツと小松菜炒め					コーンポテトソテー								
主菜③	切干大根の煮物					ひじきと枝豆の煮物					つきこんにゃくのピリ辛煮					刻み昆布の煮物					れんこんきんぴら					おから煮物								
副菜①	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					スパゲティサラダ					枝豆の梅和え					いんげんの胡麻和え								
副菜②	焼きたてパン					焼きたてパン					焼きたてパン					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)					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					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					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					ご飯					ご飯					ご飯								
主食①	なすかしカレー					山菜炊込みご飯					なすかしカレー					森の炊き込みピラフ					なすかしカレー					さくら散しごはん								
麺①	みそラーメン					韓国風そば、うどん					白湯スープらーめん					柚子の香るそば、うどん					ごま塩らーめん					高速風そば、うどん								
麺②	ソース焼きそば					コーンクリームパスタ					塩焼きそば					菜の花風パスタ					春キャベツ醤油やきそば					ペペロンチーノ								
主菜	ビ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					野菜コロッケ					茄子の肉詰めフライ					野菜掻き揚げ								
副菜①	竹の子旨煮					白玉きなこ					アジアンホットポテト					みたらし白玉					がんも京風煮					雷こんにゃく								
副菜②	挽肉ともやしの中華炒め					花野菜オーブン焼き					ニンニクの芽とさくらげの中華炒め					白菜とベーコンの香草焼き					いんげんと挽肉黒コショウ炒め					ちくわとフロッコリーの中炒め								
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					ほうれん草おろし和え					ごぼうマヨ和え					絹さや生醤油おひたし								
汁物	花魁と海苔の澄まし汁					中華スープ					あおさ汁					野菜スープ					きのこ汁					ワカメスープ								
	漬物					漬物					漬物					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)					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)					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					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					ご飯					ご飯					ご飯								
汁物	味噌汁					すまし汁					味噌汁					すまし汁					ニラ玉スープ					すまし汁								
麺①	白菜と挽肉の中華春雨					焼きうどん					ナポリタン					キムチ焼きそば					春雨ともやしのビビンバ炒め					広東風醤油やきそば								
主菜①	照りたれハンバーグ					揚げ餃子					ロースチキントマトソース					チキンカツ					ミートボールのチミソースかけ					ソーセージカツ								
主菜②	アジフライ					笹かまぼこ生あんかけ					イカフライ					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	クリームシチュー					竹の子と厚揚げの中華煮					春キャベツとベーコンのコンソメ煮					肉じゃが					マッシュポテトチーズ風味					和風豆腐あんかけ								
副菜②	わかめとツナの塩炒め					かぼちゃのパン粉焼き					中華野菜炒め					スタッフエントウとさくらげの中華炒め					スタフエントウとさくらげの中華炒め					パプリカともやしのオニオン炒め								
副菜③	パンバンジー					キャベツナムル					パンサンスー					マカロニマヨネーズサラダ					マカロニマヨネーズサラダ					ひじきともやしの中華和え								
デザート	日替わりゼリー					フルーツ寒天					日替わりゼリー					フルーツカクテル					日替わりゼリー					フルーツインゼリー								
	漬物					漬物					漬物					漬物					漬物					漬物								
	えびせん					スチームポテト					えびせん					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					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)					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					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
 ※ドレッシングは、フレンチドレッシング赤・白に卵、青じそドレッシングに小麦が含まれます