



2017年 8月

7大アレルギー表

なすかしの森レストラン

日付	No.1						No.2						No.3						No.4						No.5						No.6											
	28日8月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						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31日											
朝食	小麦	卵	乳	そば	落花生	海老	小麦	卵	乳	そば	落花生	海老	小麦	卵	乳	そば	落花生	海老	小麦	卵	乳	そば	落花生	海老	小麦	卵	乳	そば	落花生	海老	小麦	卵	乳	そば	落花生	海老						
汁物	味噌汁						味噌汁						味噌汁						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	●					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	お粥						リゾット	●	●				きのこの雑炊	●					リゾット	●	●					中華粥	●						たまご雑炊	●	●							
主菜①	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	●	●				炒り玉子青豆あんかけ	●	●					ニラ玉子あんかけ	●	●					スクランブルエッグフレーン	●	●							
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	●	●				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	切干大根の煮物	●					ひじきと枝豆の煮物	●					きんぴらごぼう	●					刻み昆布の煮物	●						れんこんきんぴら	●						おから煮物	●								
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	●					スパゲティサラダ	●	●					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	●	●				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																																										
主食①	なすかしかレー	●	●				鶏ごぼう混ぜごはん	●					なすかしかレー	●	●				森の炊き込みピラフ	●	●					なすかしかレー	●	●					ベーコン洋風炊込みごはん	●	●							
麺①	冷やし中華	●	●				刻み昆布つゆそば、うどん	●	●				支那そば風	●	●				冷やしそば、うどん	●	●					イタリアンラーメン：ロソノ	●	●					なめこそば、うどん	●	●							
麺②	ソース焼きそば	●	●				ミートソーススパゲティ	●	●				塩焼きそば	●	●				オクラと青のりの冷製パスタ	●	●					五目焼きそば	●	●					中華風パスタ	●	●							
主菜	ビーマン肉詰めフライ	●	●				イカカツ	●	●				白身フライ	●	●				野菜コロッケ	●	●					茄子の肉詰めフライ	●	●					肉じゃがコロッケ	●	●							
副菜①	里芋のにっころがし	●					白玉あずき	●					がんも京風煮	●					みだらし白玉	●						高野豆腐の卵とじ	●						雷こんにゃく	●								
副菜②	挽肉ともやしの中華炒め	●					花野菜オープン焼き	●	●				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	●	●					ちくわとフロッキーの中華炒め	●	●							
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	●					ほうれん草おろし和え	●						ごぼうマヨ和え	●						絹さや生薑醤油おひたし	●								
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																																										
汁物	味噌汁						すまし汁	●					味噌汁						すまし汁	●					味噌汁						ニラ玉スープ	●	●				すまし汁	●				
麺①	にんにくスタミナビーフン	●	●				スタミナ焼きうどん	●	●				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	豆腐の挽肉包み揚げ	●	●				あんかけ餃子	●	●				和風おろしハンバーグ	●	●				春巻き	●	●				肉団子の甘酢あんかけ	●					ソーセージカツ	●	●									
主菜②	ほっけの塩焼き	●					はんぺん千切リソース	●	●				サンマフライ	●					小あじ南蛮漬け	●					イワシフライ	●					ちくわ生薑焼き	●	●									
副菜①	マーボー豆腐	●	●				白滝とじゃが芋の煮物	●	●				酢豚風煮	●	●				厚揚げの挽肉あんかけ	●	●				マッシュポテト	●	●				車麩の卵とじ	●	●									
副菜②	わかめとツナの塩炒め	●					かぼちゃのパン粉焼き	●					鶏ひき肉とビーマンの塩炒め	●	●				スタッフエントウとさくらげの中華炒め	●	●				小松菜とハムの中華炒め	●					パプリカともやしのオイスター炒め	●										
副菜③	パンバンジー	●					キャベツナムル	●					パンサンデー	●	●				マカロニマヨネーズサラダ	●	●				ひじきともやしの中華和え	●					フロッキーイタリアンサラダ	●										
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	●					フライドオニオン	●	●				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