



2019年2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																								
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					1日7日13日19日25日					2日8日14日20日26日																								
日付		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	蟹										
朝食	ご飯								ご飯								ご飯								ご飯							ご飯							ご飯							
汁物①	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	●					
主菜①	ししゃも焼き	●							ウインナー	●	●	●					さつまごぼう巻き	●	●	●					ミートボールクリームソース	●	●	●					さば塩焼き	●						しょうまい	●	●	●			
主菜②	天津あんオムレツ	●	●						スクランブルエッグベジタブル	●	●						だし巻き玉子	●	●						スクランブルエッグ	●	●						オムレツ和風ソース	●	●	●				スクランブルエッグ	●	●				
副菜①	蒸し野菜								蒸し野菜								蒸し野菜								蒸し野菜								蒸し野菜							蒸し野菜						
副菜②	切干大根の煮物	●							ひじき煮物	●							れんこんきんぴら	●							切干大根の煮物	●							ひじきおから煮	●						きんぴらごぼう	●					
	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	●	●	●			
	バケット	●	●						バケット	●	●						バケット	●	●						バケット	●	●						バケット	●	●					バケット	●	●				
	サラダコーナー	●	●						サラダコーナー	●	●						サラダコーナー	●	●						サラダコーナー	●	●						サラダコーナー	●	●					サラダコーナー	●	●				
	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	なすかしカレー	●	●						小松菜チャーハン	●	●	●					なすかしカレー	●	●						森の炊き込みピラフ	●	●	●					なすかしカレー	●	●					ゆかりごはん	●					
麺類	塩ラーメン	●	●						きつねうどん	●							煮干し醤油ラーメン	●	●						かき玉うどん	●	●						みそらーめん	●	●					白みそつゆうどん	●					
主菜	ビーマン肉詰めフライ	●	●	●					れんこん挟み揚げ	●							たっぶりコーンフライ	●							野菜コロッケ	●	●	●					白身フライ	●	●	●				肉じゃがコロッケ	●	●	●			
副菜①	南瓜の煮物	●							車麩出汁煮	●							粉ふき芋	●							里芋のみそ煮	●							かんも京風煮	●						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	●	●						ニンニクの芽の中華炒め	●							白菜とブロッコリーの香草焼き	●	●	●					高原キャベツのみそ炒め	●						かぼちゃのパン粉焼き	●					
汁物	花麩と海苔の澄まし汁	●							中華スープ	●							あおさ汁	●							野菜スープ	●							きのこすまし汁	●						ワカメスープ	●					
	漬物								漬物								漬物								漬物								漬物							漬物						
	フルーツ								フルーツ								フルーツ								フルーツ								フルーツ							フルーツ						
	サラダコーナー	●	●						サラダコーナー	●	●						サラダコーナー	●	●						サラダコーナー	●	●						サラダコーナー	●	●					サラダコーナー	●	●				
	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	●					
麺類	ビーフン中華炒め	●							ソース焼きそば	●	●						ナポリタン	●							焼きうどん	●	●						ペペロンチーノ	●	●					広東風醤油やきそば	●	●	●			
主菜①	鶏からあげ	●	●	●					ハムカツ	●	●	●					ハンバーグ マスタードソース	●	●	●					揚げ餃子	●	●	●					メンチカツ	●	●	●				オニオンソースハンバーグ	●	●	●			
主菜②	厚揚げホイコーロー	●							大根とこんにゃくの煮物	●							ポトフ	●	●						ポテトグラタン	●	●						おでん風	●	●	●				クリームシチュー	●	●				
副菜①	大根とツナの炒め物	●							カリフラワーと竹輪のカレー炒め	●	●	●					野菜炒め	●							スナッフえんどうとさくらげの炒め物	●							パプリカともやしのオイスター炒め	●	●	●				にんにくの芽と挽肉の炒め物	●					
副菜②	スパゲティマヨサラダ	●	●						マカロニイタリアンサラダ	●	●						春雨サラダ	●							スパゲティマヨサラダ	●	●						マカロニイタリアンサラダ	●	●					春雨サラダ	●					
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	●							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	●							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	●	●						サラダコーナー	●	●						サラダコーナー	●	●						サラダコーナー	●	●						サラダコーナー	●	●					サラダコーナー	●	●				
	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						

※うどんには小麦、中華麺には小麦、玉子が含まれています
 ※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が含まれます

※人参パン、レーズンパンには小麦、卵、乳が含まれます。
※バケットには小麦、乳が含まれます。