2018年 10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								No.4								No.5								No.6							
日付	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								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	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		小麦	卵	乳	そば	落花生	海老	蟹
	ご飯								ご飯								ご飯								ご飯								ご飯								ご飯							
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	●							ほっけ塩焼き								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		●	●					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	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	●							つきコンニャクのピリ辛煮	●							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	●	●	●					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	●		●					鶏ごぼう混ぜごはん	●							なすかしカレー	●		●					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	みそらーめん	●	●						かき玉子そば、うどん	●	●		●				醤油らーめん	●	●	●					きつねそば、うどん	●	●		●				ごま塩らーめん	●	●						きのこそば、うどん	●	●		●			
麺②	ソース焼きそば	●	●						ツナスパ	●		●					塩焼そば	●	●	●					ゆずこしょうパスタ	●							きのこ入り醤油やきそば	●	●	●					ペペロンチーノ	●		●				
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	●		●					野菜コロッケ	●	●	●					揚げしゅうまい	●							野菜掻き揚げ	●	●					
副菜①	南瓜の煮物	●							白玉の白みそあん	●							アジアンホットポテト	●							白玉あずき	●							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	●		●					ニンニクの芽中華炒め	●							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	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	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	ビーフン中華炒め	●							焼きうどん	●							ナポリタン	●		●					キムチやきそば	●	●				●		春雨ともやしのピビンバ炒め	●							枝豆入り醤油やきそば	●	●	●				
主菜①	照り焼きハンバーグ	●	●	●					蓮根はさみ天ぷら	●							きのこあんかけハンバーグ	●	●						チキンガツ	●	●						和風おろしハンバーグ	●	●	●					メンチカツ	●	●	●				
主菜②	アジフライ	●							笹かまぼこ生姜あんかけ	●	●						いわしフライ	●							小あじ南蛮漬け	●							白身フライ	●	●	●					はんぺんチリソース	●	●					
副菜①	里芋と蓮根の筑前煮	●							秋の野菜クリーム煮	●		●					五宝菜	●							クリームシチュー	●		●					マッシュポテト	●		●					車麩ときのこの煮物	●						
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	●							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	バンバンジー	●							キャベツナムル								バンサンスー	●							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								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（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、卵が含まれます

Eurest ユーレストジャパン株式会社