



2020年7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	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		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		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	ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯	
主菜①	味噌汁		味噌汁		味噌汁		味噌汁		味噌汁		味噌汁	
主菜②	ししゃも焼き		ウインナー	●	ホキ塩焼き	●	味付け肉団子	●●●	鯖の塩焼き	●	しゅうまい	●●
副菜①	オムレツ	●●	スクランブルエッグベジタブル	●●	厚焼き玉子	●●●	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②	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③	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	●
デザート	バケツ	●●	バケツ	●●	バケツ	●●	バケツ	●●	バケツ	●●	バケツ	●●
	野菜サラダ	●●	野菜サラダ	●●	野菜サラダ	●●	野菜サラダ	●●	野菜サラダ	●●	野菜サラダ	●●
	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	ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯	
主菜	なすかしカレー	●●	白河トマト炊込みごはん	●●●	なすかしカレー	●●●	森の炊き込みピラフ	●●●	なすかしカレー	●●	とり釜めし	●
麺類	しょう油らーめん	●●	きつねうどん	●●●	塩らーめん	●●●	韓国風うどん	●●●	みそラーメン	●●	関西風つゆうどん	●●
主菜	アジフライ	●	牛肉コロッケ	●●●	コーンフライ	●●●	野菜コロッケ	●●●	白身フライ	●●	カレーコロッケ	●●●
副菜①	タケノコおかか煮	●	車麩出汁煮	●	アジアンポテト	●●	若筍煮	●	がんも京風煮	●	雷こんにやく	●
副菜②	挽肉ともやしの中華炒め	●	花野菜オープン焼き	●●	ニンニクの芽の中華炒め	●	白菜とブロッコリーの香辛焼き	●●●	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	
	野菜サラダ	●●	野菜サラダ	●●	野菜サラダ	●●	野菜サラダ	●●	野菜サラダ	●●	野菜サラダ	●●
	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	ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯	
主菜	味噌汁		すまし汁	●	味噌汁		すまし汁	●	みそ汁	●	すまし汁	●
麺類	チャブチェ	●	塩焼きそば	●●	ガーリックパスタ	●●	焼きうどん	●	ジェノベーゼパスタ	●●	枝豆入りしょう油焼きそば	●●
主菜	鶏からあげ	●●●	ハムカツ	●●●	ハンバーグ トマトバジルソース	●●●	餃子メンチ	●●●	和風おろしハンバーグ	●●●	春巻き	●●●
副菜①	茄子とひき肉の中華煮	●	酢豚風肉団子	●●●	ブラウンシチュー	●●	マーボー豆腐	●●	ジャーマンポテト	●●●	トマトシチュー	●●●
副菜②	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	●	スナッペンととくらげの炒め物	●	パプリカとともやしのオニオン炒め	●●●	にんにく、豆、挽肉の炒め物	●
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	●
	野菜サラダ	●●	野菜サラダ	●●	野菜サラダ	●●	野菜サラダ	●●	野菜サラダ	●●	野菜サラダ	●●
	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
 ※フリードリンクコーナーのピッチャー提供(牛乳)は感染予防のため、当面の間休止いたします。