



2020年8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														
日付	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					2日8日14日20日26日					3日9日15日21日27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
主食	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														
主菜①	ししゃも焼き					ウインナー					ホキ塩焼き					味噌付け肉団子					鯖の塩焼き					しゅうまい														
主菜②	オムレツ					スクランブルエッグ					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														
	野菜ミックスサラダ					野菜ミックスサラダ					野菜ミックスサラダ					野菜ミックスサラダ					野菜ミックスサラダ					野菜ミックスサラダ														
	納豆					納豆					納豆					納豆					納豆					納豆														
	ふりかけ					ふりかけ					ふりかけ					ふりかけ					ふりかけ					ふりかけ														
	漬物					漬物					漬物					漬物					漬物					漬物														
昼食																																								
主食	具たくさんカレー					牛丼					親子丼					ソースカツ丼					オム丼					白身魚の天丼														
汁物	コンソメスープ					味噌汁(麩、ねぎ)					すまし汁(しいたけ、麩)					味噌汁(麩、ねぎ)					コンソメスープ					味噌汁(麩、ねぎ)														
副菜	野菜ミックスサラダ					ほうれん草ごま和え					野菜ミックスサラダ					春雨サラダ					野菜ミックスサラダ					キムチもやし														
	漬物					漬物					漬物					漬物					漬物					漬物														
夕食																																								
主食	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														
主菜	鶏からあげ					ミックスフライ(エビ・イカ・白身魚)					デミグラスハンバーグ					鶏の照り焼き					とんかつ					和風おろしハンバーグ														
副菜①	茄子の揚げびたし					南瓜の煮物					大根ベーコンコンソメ煮					肉じゃが					筑前煮					ジャーマンポテト														
副菜②	野菜炒め					花野菜のソテー					しめじとほうれん草ソテー					スナッフスえんどうときくらげの炒め物					ニンニク芽炒め					パプリカともやしのオースター炒め														
	野菜ミックスサラダ					野菜ミックスサラダ					野菜ミックスサラダ					野菜ミックスサラダ					野菜ミックスサラダ					野菜ミックスサラダ														
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														

※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。
 ※全ての食事にフリードリンクが付きます。
 ※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。