2022年 1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								
日付	8日14日20日26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	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								
汁物	味噌汁									味噌汁									味噌汁								
主菜①	しゅうまい	●		●						ウインナー			●						ホキ塩焼き								
主菜②	オムレツ	●	●	●						スクランブルエッグ		●	●						厚焼き玉子	●	●	●					
副菜①	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	●							
	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	●							
	ふりかけ	●		●						ふりかけ	●		●						ふりかけ	●		●					
昼食																											
主食	具たくさんカレー	●		●						中華丼	●	●				●			親子丼	●	●						
汁物	コンソメスープ	●		●						中華スープ	●								すまし汁（しいたけ、麩）	●							
	コロッケ	●	●	●						春巻き	●					●			ピーマンの肉詰めフライ	●	●						
	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	●							
夕食																											
主食	ご飯									ご飯									ご飯								
汁物	なすかし田舎汁	●								なすかし田舎汁	●								なすかし田舎汁	●							
主菜	鶏からあげ	●	●	●						ミックスフライ（エビ・ハムカツ・白身魚）	●	●	●			●			デミグラスハンバーグ	●	●	●					
副菜①	がんも煮	●								南瓜の煮物	●								大根ベーコンコンソメ煮	●	●	●					
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	●		●					
	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								

	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									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	
主食	ご飯									ご飯									ご飯								
汁物	味噌汁									味噌汁									味噌汁								
主菜①	味付け肉団子	●	●	●						鯖の塩焼き									ベーコンソテー		●	●					
主菜②	スクランブルエッグ		●	●						ミートオムレツ	●	●	●						スクランブルエッグ		●	●					
副菜①	蒸し野菜									蒸し野菜									蒸し野菜								
副菜②	切干大根の煮物	●								豆ひじき煮	●								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	●							
	納豆	●								納豆	●								納豆	●							
	ふりかけ	●		●						ふりかけ	●		●						ふりかけ	●		●					
昼食																											
主食	ソースカツ丼	●	●	●						オム丼	●	●	●						野菜かき揚げ天丼	●							
汁物	味噌汁（麩、ねぎ）	●								コンソメスープ	●		●						味噌汁（大根葉、麩）	●							
	さつま揚げの生姜焼き	●								アジフライ	●								五目巾着煮	●							
	春雨サラダ	●								野菜ミックスサラダ	●								スパマヨサラダ		●						
夕食																											
主食	ご飯									ご飯									ご飯								
汁物	なすかし田舎汁	●								なすかし田舎汁	●								なすかし田舎汁	●							
主菜	鶏の照り焼き	●								とんかつ	●	●	●						照り焼きハンバーグ	●	●	●					
副菜①	肉じゃが	●								根菜の含め煮	●								ジャーマンポテト	●	●	●					
副菜②	スナップえんどうときくらげの炒め	●								ニンニク芽炒め	●								パプリカともやしのオイスター炒め	●							
	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	●							
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								

※ドレッシングは、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。

Eurest ユーレストジャパン株式会社