



2022年 6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	6日12日18日24日30日							1日7日13日19日25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							5日11日17日23日29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							
汁物②	コンソメスープ	●	●						コンソメスープ	●	●							コンソメスープ	●	●						コンソメスープ	●	●						コンソメスープ	●	●					コンソメスープ	●	●					
主菜①	お魚フライ	●							ミートボール	●	●	●						ウインナー		●						鯖の塩焼き							ミートボール	●	●	●					しゅうまい	●	●					
主菜②	厚焼玉子	●	●						オムレツ		●	●						スクランブルエッグ	●	●	●					目玉焼き		●	●				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								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	●								きんぴらごぼう	●							切干大根の煮物	●						ひじき煮物	●							きんぴらごぼう	●						
	自家製パン(人参、レーズン、バゲット)	●	●	●					自家製パン(人参、レーズン、バゲット)	●	●	●						自家製パン(人参、レーズン、バゲット)	●	●	●					自家製パン(人参、レーズン、バゲット)	●	●	●				自家製パン(人参、レーズン、バゲット)	●	●	●					自家製パン(人参、レーズン、バゲット)	●	●	●				
	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	●							納豆	●								納豆	●							納豆	●							納豆	●							納豆	●					
	かつおふりかけ	●	●						かつおふりかけ	●	●							かつおふりかけ	●	●						かつおふりかけ	●	●					かつおふりかけ	●	●					かつおふりかけ	●	●						
	梅干し、さくら漬け								梅干し、さくら漬け									梅干し、さくら漬け								梅干し、さくら漬け							梅干し、さくら漬け								梅干し、さくら漬け							
昼食																																																
主食	ゆかり混ぜご飯								わかめご飯	●	●							うめしらす混ぜご飯								ゆかり混ぜご飯							わかめご飯	●	●						うめしらす混ぜご飯	●	●					
麺類	しょう油らーめん	●	●						関東風うどん(温)	●								函館塩らーめん	●	●						稲庭風うどん	●						みそらーめん	●	●					関東風うどん(温)	●							
主菜	メンチカツ	●	●						たっぷりコーンフライ	●	●							野菜コロッケ	●	●						ササミフライ	●						たっぷりコーンフライ	●	●					イカカツ	●							
副菜①	南瓜の煮物	●							里芋と高野豆腐の煮物	●								大根ベーコン洋風煮	●	●						じゃが芋の土佐煮	●						がんも京風煮	●							雷こんにやく	●						
副菜②	メンマともやしの炒め物	●							スライスかまぼこ、揚げ玉	●	●				●			メンマともやしの炒め物	●							スライスかまぼこ、揚げ玉	●	●					メンマともやしの炒め物	●							スライスかまぼこ、揚げ玉	●	●				●	
汁物	すまし汁	●							野菜スープ	●								あおさ汁	●							わかめスープ	●						すまし汁	●							野菜スープ	●						
デザート	プリン		●						ヨーグルト		●							ミニたい焼き	●							プリン		●					ヨーグルト		●						ミニたい焼き	●						
	たくわん								たくわん									たくわん								たくわん							たくわん								たくわん							
	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	●	●				
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							
麺類	ナポリタン	●	●						ソース焼きそば	●								菜の花とキャベツの塩パスタ	●							肉もも混ぜ焼きそば	●	●					ペペロンチーノ	●	●					広東風醤油やきそば	●	●	●					
主菜①	鶏からあげ	●	●						ミニ豚カツ	●	●	●						和風おろしハンバーグ	●	●	●					チキンカツ	●	●	●				春巻	●		●				豆腐ハンバーグデミソース	●	●	●	●				
主菜②	厚揚げみそあんかけ	●							八宝菜	●			●					ジャーマンポテト	●	●						肉じゃが	●						根菜含め煮	●						マーボー茄子	●							
副菜①	ポークカレー	●	●						ハッシュドポーク	●	●							クリームシチュー	●	●						ポークカレー	●	●					ハッシュドポーク	●	●					クリームシチュー	●	●	●					
副菜②	パンブキンサラダ	●	●						マカロニイタリアンサラダ	●								春雨サラダ	●							パンブキンサラダ	●	●					マカロニイタリアンサラダ	●							春雨サラダ	●						
デザート	イチゴゼリー								青りんごゼリー									グレープフルーツゼリー								イチゴゼリー							青りんごゼリー								グレープフルーツゼリー							
	福神漬け	●							紅しょうが									グリーンカッパ	●							福神漬け	●						紅しょうが								グリーンカッパ	●						
	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	●	●					