



2022年 7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								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														
汁物	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	●		●												
主菜①	お魚フライ	●							ミートボール	●	●	●						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		●	●						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															
副菜②	切干大根の煮物	●							ひじき煮物	●								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、バケツ)	●	●	●					自家製パン(人参、レーズン、バケツ)	●	●	●						自家製パン(人参、レーズン、バケツ)	●	●	●					自家製パン(人参、レーズン、バケツ)	●	●	●				自家製パン(人参、レーズン、バケツ)	●	●	●												
	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	●														
	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															
昼食																																																
主食	チャーハン	●	●	●					わかめ混ぜご飯	●	●							チャーハン	●	●	●					ゆかり混ぜご飯							わかめ混ぜご飯	●	●													
麺類	しょう油らーめん	●	●						ぶっかけ冷やしうどん	●								函館塩らーめん	●	●						ぶっかけ冷やしうどん	●						みそラーメン	●	●													
主菜	メンチカツ	●	●	●					アジフライ	●								野菜コロッケ	●	●	●					ササミフライ	●						アジフライ	●														
副菜①	南瓜の煮物	●							里芋と高野豆腐の煮物	●								大根ベコン洋風煮	●	●	●					じゃが芋の土佐煮	●						がんも京風煮	●														
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	●					●									
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	●														
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			●												
	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	●	●													
夕食																																																
主食	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															
麺類	ナポリタン	●		●					ソース焼きそば	●								バター醤油パスタ	●		●					青のり塩焼きそば	●						ペペロンチーノ	●		●												
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	●	●	●				春巻き	●			●											
主菜②	スタミナポテト	●							八宝菜	●	●			●				ジャーマンポテト	●	●						肉じゃが	●						根菜含め煮	●														
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	●		●												
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	●														
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															
	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															
	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	●	●													