



2022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	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	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	●	●							スクランブルエッグ	●	●	●					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	●								きんぴらごぼう	●							切干大根の煮物	●						ひじき煮物	●													
	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	●	●					うめしらす混ぜご飯	●						
麺類	しょう油らーめん	●	●						ぶっかけ冷やしうどん	●								冷やし中華	●	●						ぶっかけ冷やしうどん	●							みそラーメン	●	●					ぶっかけ冷やしうどん	●					
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	●							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	●	●						揚げ茄子の中華煮びたし	●							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	●							かまぼこ、揚げ玉	●	●				●			メンマともやしの炒め物	●							かまぼこ、揚げ玉	●	●				●		メンマともやしの炒め物	●							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													
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	●	●						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	●	●	●					ハムカツ	●	●	●					春巻き	●			●				トマトソースハンバーグ	●	●	●		
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	●							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	●	●			