



2023年 1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		7日13日19日25日31日						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						5日11日17日23日29日						6日12日18日24日30日					
朝食		小麦	卵	乳	そば	花生	海老	小麦	卵	乳	そば	花生	海老	小麦	卵	乳	そば	花生	海老	小麦	卵	乳	そば	花生	海老	小麦	卵	乳	そば	花生	海老	小麦	卵	乳	そば	花生	海老
主食	ご飯																																				
汁物	味噌汁																																				
汁物②	コンソメスープ	●		●																																	
主菜①	ほっけの塩焼き													●	●	●																					
主菜②	厚焼玉子	●	●											●	●	●																					
副菜①	蒸し野菜																																				
副菜②	切干大根の煮物	●												●																							
	自家製パン (人参、レーズン、バケツ)	●	●	●										●	●	●																					
	ジャム																																				
	マーガリン			●																																	
	サラダコーナー	●	●											●	●	●																					
	納豆	●												●																							
	かつおふりかけ			●										●																							
	梅干し、さくら漬け																																				
昼食																																					
主食	ひじき混ぜご飯	●												●	●	●																					
麺類	しょう油ラーメン	●	●											●	●	●																					
主菜	チキンカツ	●	●	●										●	●	●																					
副菜①	南瓜の煮物	●												●																							
副菜②	メンマともやしの炒め物	●												●																							
汁物	すまし汁	●												●																							
デザート	プリン		●											●																							
	たくわん																																				
	サラダコーナー	●	●											●	●	●																					
夕食																																					
主食	ご飯																																				
汁物	味噌汁																																				
麺類	ミートソースパグティ	●												●																							
主菜①	鶏からあげ	●	●											●	●	●																					
主菜②	すき焼き風煮	●												●																							
副菜①	ポークカレー	●	●											●	●	●																					
副菜②	パンキンサラダ	●												●																							
デザート	イチゴゼリー																																				
	福神漬け	●												●																							
	サラダコーナー	●	●											●	●	●																					
調味料	ドレッシング(赤・白)	●												●																							
	ドレッシング(青じそ)	●												●																							
	醤油	●												●																							
	ソース	●												●																							