2023年 2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	6日12日18日24日									1日7日13日19日25日									2日8日14日20日26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								
汁物②	コンソメスープ	●		●						コンソメスープ	●		●						コンソメスープ	●		●					
主菜①	ほっけの塩焼き									ミートボール	●	●	●						ウインナー			●					
主菜②	厚焼玉子	●	●							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	●								ひじき煮物	●								きんぴらごぼう	●							
	自家製パン（人参、レーズン、パケット）	●	●	●						自家製パン（人参、レーズン、パケット）	●	●	●						自家製パン（人参、レーズン、パケット）	●	●	●					
	ジャム									ジャム									ジャム								
	マーガリン			●						マーガリン			●						マーガリン			●					
	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	●							
	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								
昼食																											
主食	ひじき混ぜご飯	●								わかめ混ぜご飯									森のピラフ	●		●					
麺類	しょう油ラーメン	●	●							キノコあんかけうどん	●								とんこつラーメン	●	●						
主菜	チキンカツ	●	●	●						アジフライ	●								野菜コロッケ	●	●	●					
副菜①	南瓜の煮物	●								玉こんにゃく煮物	●								高野豆腐の煮物	●							
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	●							
汁物	すまし汁	●								野菜スープ	●								あおさ汁	●							
デザート	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								
	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								
汁物	味噌汁									味噌汁									味噌汁								
麺類	ミートソーススパゲティ	●								ソース焼きそば	●								ジェノベーゼパスタ	●		●					
主菜①	鶏からあげ	●	●							ミニ豚カツ	●	●	●						照り焼きハンバーグ	●		●					
主菜②	すき焼き風煮	●								おでん	●		●						麻婆豆腐	●				●			
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	●		●					
副菜②	パンプキンサラダ		●							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									ぶどうゼリー								
	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	●	●						
調味料	ドレッシング（赤・白）		●							ドレッシング（赤・白）		●							ドレッシング（赤・白）		●						
	ドレッシング（青じそ）	●								ドレッシング（青じそ）	●								ドレッシング（青じそ）	●							
	醤油	●								醤油	●								醤油	●							
	ソース									ソース									ソース								

	No.4									No.5									No.6								
日付	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								
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								
汁物②	コンソメスープ	●		●						コンソメスープ	●		●						コンソメスープ	●		●					
主菜①	あじの塩焼き									ミートボール	●	●	●						しゅうまい	●		●					
主菜②	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								
副菜②	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、パケット）	●	●	●						自家製パン（人参、レーズン、パケット）	●	●	●						自家製パン（人参、レーズン、パケット）	●	●	●					
	ジャム									ジャム									ジャム								
	マーガリン			●						マーガリン			●						マーガリン			●					
	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	●							
	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								
昼食																											
主食	ひじき混ぜご飯	●								わかめ混ぜご飯									森のピラフ	●		●					
麺類	とき玉あんかけうどん	●	●							みそラーメン	●	●							けんちんうどん	●							
主菜	メンチカツ	●		●						白身フライ	●								イカカツ	●							
副菜①	れんこんきんぴら	●								がんも京風煮	●								雷こんにゃく	●							
副菜②	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	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	●							
	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	●	●						
夕食																											
主食	ご飯									ご飯									ご飯								
汁物	味噌汁									味噌汁									味噌汁								
麺類	ミートソーススパゲティ	●								しょう油焼きそば	●								ペペロンチーノ	●		●					
主菜①	鶏からあげ	●	●							ミニ豚カツ	●	●	●						デミグラスハンバーグ	●		●					
主菜②	すき焼き風煮	●								おでん	●		●						ツナじゃが煮	●							
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	●		●					
副菜②	パンプキンサラダ		●							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									ぶどうゼリー								
	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	●	●						
調味料	ドレッシング（赤・白）		●							ドレッシング（赤・白）		●							ドレッシング（赤・白）		●						
	ドレッシング（青じそ）	●								ドレッシング（青じそ）	●								ドレッシング（青じそ）	●							
	醤油	●								醤油	●								醤油	●							
	ソース									ソース									ソース								

COMPASS GROUP