平成29年度　札幌市青少年山の家　通常食メニュー【11/11～3/31】　７大アレルゲン

	カテゴリ	月曜日～金曜日	7大アレルゲン							土曜日	7大アレルゲン							日曜日	7大アレルゲン						
			小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
朝食	主菜１	ソーセージカツ	●		●					ミートボールテリヤキ	●		●					さけの塩こうじ焼							
	主菜２	スクランブルエッグ		●	●					だし巻きたまご	●	●	●					スクランブルエッグ		●	●				
	副菜１	もやしと人参のナムル								菜の花ともやしのからし和え	●							マカロニケチャップソテー	●						
	副菜２	鶏肉と野菜のソテー	●							ポテトサラダ	●	●	●					ササミしそ巻きフライ	●	●					
	汁物	玉ねぎと葉大根の味噌汁								こうや豆腐と長ねぎの味噌汁								キャベツと揚げの味噌汁							
	デザート	フルーツポンチ			●					フルーツポンチ			●					フルーツポンチ			●				
	サラダ１	キャベツ								キャベツ								キャベツ							
	サラダ２	スナップえんどう								スナップえんどう								スナップえんどう							
	サラダ３	コーン								コーン								コーン							
	ドレッシング	ノンオイル青じそ	●							ノンオイル青じそ	●							ノンオイル青じそ	●						
		フレンチ（白）		●						フレンチ（白）		●						フレンチ（白）		●					
	漬け物	たくあん	●							たくあん	●							たくあん	●						
	主食１	ご飯								ご飯								ご飯							
	その他	ふりかけさけ風味	●		●					ふりかけさけ風味	●		●					ふりかけさけ風味	●		●				
		味付け海苔	●		●			●		味付け海苔	●		●			●		味付け海苔	●		●			●	
		納豆	●							納豆	●							納豆	●						
	主食２	パン	●	●	●					パン	●	●	●					パン	●	●	●				
		イチゴジャム								イチゴジャム								イチゴジャム							
		マーガリン			●					マーガリン			●					マーガリン			●				
	ドリンク	牛乳			●					牛乳			●					牛乳			●				
昼食	主食	わかめごはん								ご飯								ご飯							
	麺類	味噌ラーメン	●	●						うどん	●							にゅうめん	●						
	主菜１	豚肉の中華炒め	●							ポークカレー	●							クリームシチュー	●		●				
	主菜２	さばの一口竜田揚げ	●							きなこポテト								豆腐ハンバーグ	●	●	●				
	副菜１	小松菜とコーンのソテー								ミニきんちゃくの煮物	●							栗かぼちゃの甘煮	●						
	副菜２	フライドポテト	●							春雨サラダ	●							ちくわのカレー揚げ	●	●					
	デザート	オレンジ								オレンジ								オレンジ							
	サラダ１	キャベツ								キャベツ								キャベツ							
	サラダ２	ヤングコーン								ヤングコーン								ヤングコーン							
	サラダ３	海草サラダ								海草サラダ								海草サラダ							
	ドレッシング	ノンオイル青じそ	●							ノンオイル青じそ	●							ノンオイル青じそ	●						
		フレンチ（白）		●						フレンチ（白）		●						フレンチ（白）		●					
	漬け物	たくあん	●							たくあん	●							たくあん	●						
夕食	主菜１	鶏肉のから揚げ	●	●						鶏肉の味噌炒め	●							チキンカツ	●	●	●				
	主菜２	いかのチリソース	●							春巻き	●					●		さんまの蒲焼	●						
	主菜３	大根とウインナーの煮しめ	●							豆腐のそぼろ煮	●							肉じゃが	●						
	副菜１	ゴボウサラダ	●	●	●					バターコーンソテー			●					菜の花と人参のごま和え	●						
	副菜２	オニオンリング	●		●					大学ポテト	●							フライドポテト	●						
	麺類	ツナとトマトのパスタ	●							ラーメンサラダ	●	●						いか塩焼きそば	●	●					
	汁物	豚汁								お豆のスープ								きくらげと人参のスープ							
	デザート	いちごゼリー								青りんごゼリー								青りんごゼリー							
	サラダ１	キャベツ								キャベツ								キャベツ							
	サラダ２	ブロッコリー								ブロッコリー								ブロッコリー							
	サラダ３	ミックスベジタブル								ミックスベジタブル								ミックスベジタブル							
	ドレッシング	ノンオイル青じそ	●							ノンオイル青じそ	●							ノンオイル青じそ	●						
		フレンチ（白）		●						フレンチ（白）		●						フレンチ（白）		●					
	漬け物	たくあん	●							たくあん	●							たくあん	●						
	ご飯	ご飯								ご飯								ご飯							
卓上調味料		しょう油	●																						
卓上調味料		ソース																							

平成29年10月4日

※7大アレルギーのそば・落花生・カニの食材及び成分は、使用しておりません。また、サラダ・フルーツ・牛乳以外は、生食を提供しておりません。
※調理器具及び食器類は、食物アレルギーによって使い分けをしていません。