

平成28年度 札幌市青少年山の家
通常食メニュー【11～3月：月～金曜日】 7大アレルギー対応食

	カテゴリ	月曜日～金曜日	小麦		卵		乳		えび	
			小麦	加熱×、成分×	卵	加熱×、成分×	乳	加熱×、成分×	えび	加熱×、成分×
朝 食	主菜1	さばの味噌煮								
	主菜2	スクランブルエッグ			●	豚肉の生姜焼き	●	目玉焼き		
	副菜1	五目きんぴら	●	チキンガーリック焼き						
	副菜2	スパゲッティサラダ	●	ツナコーン	●	ツナコーン				
	汁物	豆腐とわかめの味噌汁								
	サラダ1	キャベツ								
	サラダ2	スナップえんどう								
	サラダ3	きゅうり								
	サラダ4	ミックスペジタブル								
	ドレッシング	ノンオイル青じそ	●	レモンドレッシング						
	ドレッシング	フレンチ（白）			●	レモンドレッシング				
	漬物	梅干し								
	漬物	たくあん								
	主食1	ご飯								
主食2	パン	●	取らないでください	●	取らないでください	●	取らないでください			
主食3	コーンフレーク	●	取らないでください							
その他	納豆	●	取らないでください							
その他	のりゴマふりかけ	●	取らないでください							
その他	味付けのり	●	取らないでください			●	取らないでください	●	取らないでください	
その他	イチゴジャム									
その他	マーガリン					●	取らないでください			
ドリンク	牛乳					●	取らないでください			
昼 食	主食	チキンカレー	●	玉子チャーハン						
	種類	塩焼きそば	●	春雨五目みそ炒め	●	春雨五目みそ炒め				
	主菜1	野菜クロック	●	チキンガーリック焼き	●	チキンガーリック焼き	●	チキンガーリック焼き		
	主菜2	はるさめサラダ	●	豚肉のソース炒め	●	はるさめサラダハム抜き	●	はるさめサラダハム抜き		
	副菜	バターコーン					●	バター抜き		
	汁物	じゃが芋と人参のスープ	●	じゃが芋と人参の味噌汁						
	デザート	オレンジ								
	サラダ1	キャベツ								
	サラダ2	ヤングコーン								
	サラダ3	アスパラ								
	サラダ4	海草サラダ								
	ドレッシング	ノンオイル青じそ	●	レモンドレッシング						
	ドレッシング	フレンチ（白）			●	レモンドレッシング				
	漬物	さくら漬								
ご飯	ご飯									
夕 食	主菜1	やわらかトンカツ	●	豚肉の味噌漬け焼き	●	豚肉の味噌漬け焼き	●	豚肉の味噌漬け焼き		
	主菜2	肉じゃが（牛肉）	●	肉じゃが 塩味						
	主菜3	アスパラとキャベツのソテー								
	副菜1	シュウマイの磯部揚げ	●	豆腐ステーキ	●	さんま蒲焼	●	さんま蒲焼		
	副菜2	フライドポテト								
	種類	和風パスタ	●	春雨の野菜塩炒め	●	ちくわ抜き				
	汁物	もやしとエノキのスープ	●	もやしとエノキの味噌汁						
	デザート	青りんごゼリー								
	サラダ1	キャベツ								
	サラダ2	カリフォルニアミックス								
	サラダ3	コーン								
	サラダ4	水菜								
	ドレッシング	ノンオイル青じそ	●	レモンドレッシング						
	ドレッシング	フレンチ（白）			●	レモンドレッシング				
漬物	はりはり漬									
ご飯	ご飯									

※7大アレルギーのそば・落花生・カニに対する食材、成分は使用していません。

また、サラダ・フルーツ・牛乳以外の生食の提供もございません。

※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。