

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

	カテゴリ	土曜日	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	ほっけの西京漬け焼き								
	主菜2	だし巻き玉子	●	オムレツ	●	豚肉の生姜焼き	●	目玉焼き		
	副菜1	コーンポテトソテー								
	副菜2	ごぼうと大根のサラダ	●	バターコーン	●	バターコーン				
	汁物	キャベツと油揚げの味噌汁								
	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	ミックスベジタブル								
	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	さつま芋ご飯	●	玉子チャーハン						
	種類	きのこうどん	●	春雨スープ（塩味）			●	春雨スープ（塩味）		
	主菜1	さんま蒲焼	●	ポークグリル						
	主菜2	バンバンジー	●	蒸鶏ともやしの塩ナムル						
	副菜	ちくわのいそべ揚げ	●	ちくわのカレー炒め	●	チキンのカレー揚げ				
	汁物	大根と枝豆のスープ	●	大根と枝豆の味噌汁						
	デザート	グレープフルーツ（ルビー）								
	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	ハンバーグ和風あんかけ	●	豚肉の味噌漬け焼き	●		●	豚肉の味噌漬け焼き		
	主菜2	ササミしそ巻きフライ	●	若鶏の竜田揚げ	●	若鶏の竜田揚げ				
	主菜3	湯豆腐	●	みそ・ゴマたれ						
	副菜1	チリコンカン								
	副菜2	フライドポテト								
	種類	ソース焼きそば	●	麺ははるさめを使用	●	麺ははるさめを使用				
	汁物	キャベツと人参のスープ	●	キャベツと人参の味噌汁						
	デザート	いちごゼリー								
	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。

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

	カテゴリ	日曜日	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	さんまフライ	●	タラオリーブオイル焼						
	主菜2	オムレツ			●	豚肉の生姜焼き				
	副菜1	マカロニサラダ	●	ツナコーン	●	ツナコーン	●	ツナコーン		
	副菜2	大根とじゃが芋の煮物	●	大根とじゃが芋の味噌煮						
	汁物	玉ねぎと椎茸の味噌汁								
	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	ミックスベジタブル								
	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	すき焼き丼	●	みそ味						
	麺類	和風ラーメン	●	春雨スープ（塩味）	●	春雨スープ（塩味）				
	主菜1	ポテトと鮭のホクホク和え					●	フライドポテト		
	主菜2	揚げシューマイのガーリック風味	●	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		
	副菜	かぼちゃのあんかけ	●	塩味						
	汁物	はるさめと長ねぎのスープ	●	はるさめと長ねぎの味噌汁						
	デザート	グレープフルーツ（ルビー）								
	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	鶏のから揚げ酢豚風	●	若鶏の竜田揚げ	●	若鶏の竜田揚げ酢豚風				
	主菜2	いかと大根の旨煮	●	塩味						
	主菜3	アジフライ	●	タラのオリーブオイル焼き						
	副菜1	ごぼうの中華サラダ	●	塩ナムル味						
	副菜2	フライドポテト								
	種類	焼うどんジギスカン風	●	焼はるさめ味噌味						
	汁物	わかめと玉ねぎのスープ	●	わかめと玉ねぎの味噌汁						
	デザート	いちごゼリー								
	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。