

2020年度 札幌市青少年山の家 通常食メニュー【04/01～10/31】 7大アレルギー

カテゴリ	月曜日～金曜日	7大アレルギー							土曜日	7大アレルギー							日曜日	7大アレルギー															
		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	ポイルウインナー							さげの塩こうじ焼き										ミートボール甘辛煮	●		●											
	主菜2	スクランブルエッグ		●	●				スクランブルエッグ		●	●							スクランブルエッグ		●	●											
	副菜1	いんげんとツナ炒め							きんぴらごぼう	●									キャベツとウインナーソテー														
	副菜2	大学芋	●						春雨サラダ	●									マカロニサラダ	●	●	●											
	汁物	もやしと油揚げの味噌汁							こちや豆腐と長ねぎの味噌汁										玉ねぎと人参の味噌汁														
	デザート	フルーツカクテル							フルーツカクテル										フルーツカクテル														
	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	すりおろし人参ドレッシング							すりおろし人参ドレッシング										すりおろし人参ドレッシング														
		エルドレッシングイタリアン							エルドレッシングイタリアン										エルドレッシングイタリアン														
	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	菜めしご飯						ご飯										五目ご飯	●														
	麺類	冷やしたぬきうどん	●					パンパンジー麺	●	●								冷やしそうめん	●														
	主菜1	とんかつ	●	●	●			チキンカツ	●	●	●							メンチカツ	●			●											
	主菜2	大根とさつま揚げ煮	●					肉じゃが	●									イカと野菜のソテー	●														
	副菜1	春巻き	●				●	ちくわのカレー炒め	●	●					●			揚げシュウマイ	●			●											
	副菜2	ポテトサラダ	●	●	●			オニオンリング	●		●							ごぼうサラダ	●	●	●												
	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	すりおろし人参ドレッシング						すりおろし人参ドレッシング										すりおろし人参ドレッシング															
		エルドレッシングイタリアン						エルドレッシングイタリアン										エルドレッシングイタリアン															
	漬け物	たくあん	●					たくあん	●									たくあん	●														
	夕食	主菜1	照り焼きハンバーグ	●		●			鶏肉の竜田揚げ	●	●								チキンカツ	●	●	●											
主菜2		白身魚のフライ	●					さばの味噌煮										豆腐ハンバーグ	●	●	●												
主菜3		チキンナゲット	●	●	●			野菜コロッケ	●	●	●							さばの一口竜田揚げ	●														
副菜1		豚肉の中華野菜炒め						小松菜とコーンソテー	●									かぼちゃのそぼろ煮	●														
副菜2		皮付きポテト揚げ	●					皮付きポテト揚げ	●									皮付きポテト揚げ	●														
麺類		ラーメンサラダ	●	●				豚しゃぶうどん	●									ペペロンチーノスパゲティ	●														
汁物		キャベツと油揚げの味噌汁						白菜とわかめのスープ										大根としいきのスープ															
デザート		いちごゼリー						いちごゼリー										いちごゼリー															
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		すりおろし人参ドレッシング						すりおろし人参ドレッシング										すりおろし人参ドレッシング															
		エルドレッシングイタリアン						エルドレッシングイタリアン										エルドレッシングイタリアン															
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																																

※7大アレルギーのそば・落花生・カニの食材及び成分は、使用していません。また、サラダ・フルーツ・牛乳以外は、生食を提供していません。
 ※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。