

6月メニューアレルギー表

国立妙高青少年自然の家



6月	6、12、18、24、30日	特定原材料								特定原材料に準ずる品目																			
分類	NO.1	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	フルウィツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミア	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
朝食	ミートボール	●	●	●																	●	●		●					
	オムレツ	●	●	●																	●								
	切干大根	●																			●								
	コールスロー																												
	わかめの味噌汁	●																			●								
	ごはん																												
	納豆	●																			●								
	さくら漬け																												
	食パン	●		●																	●								
	いちごジャム																												
	牛乳			●																									
	コーヒー																												
	コーヒーミルク			●																	●								
	砂糖																												
	ドリンクサーバー													●														●	
昼食	冷し塩ラーメン	●	●																			●							
	フライドチキン	●	●	●																	●	●							
	ジャーマンポテト																												
	もやしの香味和え																												
	ヨーグルト（アロエ）			●																								●	
	コールスロー																												
	カーネルコーン																												
	枝豆																				●								
	わかめの味噌汁	●																			●								
	ごはん																												
	さくら漬け																												
	コーヒー																												
	コーヒーミルク			●																	●								
	砂糖																												
	ドリンクサーバー													●														●	
夕食	カレーライス	●																			●		●						
	醤油やきそば	●																			●								
	ーロとんかつ	●	●	●																	●		●						
	和風マーボー茄子	●																			●								
	パンブキンサラダ	●	●	●																	●								
	コールスロー																												
	海藻ミックス																												
	クレープ（チョコ）	●	●	●																	●							●	
	わかめの味噌汁	●																			●								
	ごはん																												
	さくら漬け																												
	コーヒー																												
	コーヒーミルク			●																	●								
	砂糖																												
	ドリンクサーバー													●														●	
共通	青じそドレッシング（小袋）	●																			●	●	●					●	●
	フレンチ白ドレッシング（小袋）		●																		●							●	
	ケチャップ（小袋）																												
	中濃ソース（小袋）																												

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用当日に、店頭のアレルギー表示をご確認ください。
 ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

6月メニューアレルギー表

国立妙高青少年自然の家



6月	1、7、13、19、25日	特定原材料								特定原材料に準ずる品目																			
分類	NO.2	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	フルウィツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミア	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
朝食	チキンナゲット	●	●	●																		●							
	さつまいも揚げ煮	●																			●								
	ひじき煮	●																			●								
	コールスロー																												
	わかめの味噌汁	●																			●								
	ごはん																												
	納豆	●																			●								
	さくら漬け																												
	食パン	●		●																	●								
	いちごジャム																												
	牛乳			●																									
昼食	コーヒー																												
	コーヒーミルク			●																	●								
	砂糖																												
	ドリンクサーバー													●														●	
	冷しわかめうどん	●																			●								
	白身魚フライ	●																			●								
	大根と牛すじの煮物	●															●				●								
	青菜のお浸し																												
	みかんゼリー																												
	コールスロー																												
	カーネルコーン																												
夕食	枝豆																				●								
	わかめの味噌汁	●																			●								
	ごはん																												
	さくら漬け																												
	コーヒー																												
	コーヒーミルク			●																	●								
	砂糖																												
	ドリンクサーバー													●														●	
	ツナの混ぜごはん																				●								
	あんかけ血うどん	●																			●	●							
	ささみそ巻きフライ	●																			●	●							
共通	ぜんまいの炒め煮																				●								
	マカロニサラダ	●	●	●																	●								
	コールスロー																												
	海藻ミックス																												
	ミニたい焼き	●																			●								
	わかめの味噌汁	●																			●								
	ごはん																												
	さくら漬け																												
	コーヒー																												
	コーヒーミルク			●																	●								
	砂糖																												
	ドリンクサーバー													●														●	

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用当日に、店頭のアレルギー表示をご確認ください。
 ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

6月メニューアレルギー表

国立妙高青少年自然の家



6月	2、8、14、20、26日	特定原材料								特定原材料に準ずる品目																			
分類	NO.3									アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	フルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
朝食	ポイルウィンナー																							●					
	炒り卵	●	●																			●							
	卵の花	●																			●								
	コールスロー																												
	わかめの味噌汁	●																				●							
	ごはん																												
	納豆	●																				●							
	さくら漬け																												
	食パン	●			●																	●							
	いちごジャム																					●							
	牛乳				●																								
	コーヒー																												
	コーヒーミルク				●																	●							
砂糖																													
ドリンクサーバー														●														●	
昼食	豚汁ラーメン	●	●												●							●							●
	メンチカツ	●		●													●				●	●	●						
	大根のそぼろあん																												
	花野菜のイタリアンサラダ																					●							
	ヨーグルト（アロエ）				●																	●						●	
	コールスロー																												
	カーネルコーン																												
	枝豆																					●							
	わかめの味噌汁	●																				●							
	ごはん																												
	さくら漬け																												
	コーヒー																												
	コーヒーミルク				●																	●							
砂糖																													
ドリンクサーバー														●														●	
夕食	ハヤシライス	●																				●		●					
	バジルパスタ	●																				●							
	イワシ青のりフライ	●																				●							
	回鍋肉	●																				●	●	●				●	
	パンブキンサラダ	●	●	●																		●							
	コールスロー																												
	海藻ミックス																												
	プリン				●																								●
	わかめの味噌汁	●																				●							
	ごはん																												
	さくら漬け																												
	コーヒー																												
	コーヒーミルク				●																	●							
砂糖																													
ドリンクサーバー														●														●	
共通	青じそドレッシング（小袋）	●																		●	●	●						●	●
	フレンチ白ドレッシング（小袋）		●																		●						●		
	ケチャップ（小袋）																												
	中濃ソース（小袋）																												

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用当日に、店頭のアレルギー表示をご確認ください。
 ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

6月メニューアレルギー表

国立妙高青少年自然の家



6月	3、9、15、21、27日	特定原材料								特定原材料に準ずる品目																				
分類	NO.4									アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	フルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいち	りんご	ゼラチン	
朝食	ミートボール	●	●	●																	●	●		●						
	オムレツ	●	●	●																	●									
	切干大根	●																			●									
	コールスロー																													
	わかめの味噌汁	●																			●									
	ごはん																													
	納豆	●																			●									
	さくら漬け																													
	食パン	●		●																	●									
	いちごジャム																													
	牛乳			●																										
	コーヒー				●																	●								
コーヒーミルク				●																	●									
砂糖																														
ドリンクサーバー														●															●	
昼食	冷したぬきうどん	●										●									●									
	フライドチキン	●	●	●																	●	●								
	ジャーマンポテト																													
	もやし香味和え																													
	みかんゼリー																													
	コールスロー																													
	カーネルコーン																													
	枝豆																				●									
	わかめの味噌汁	●																			●									
	ごはん																													
	さくら漬け																													
	コーヒー																													
コーヒーミルク			●																		●									
砂糖																														
ドリンクサーバー														●														●		
夕食	カレーライス	●																			●		●							
	醤油やきそば	●																			●									
	一口とんかつ	●	●	●																	●		●							
	和風マーボー茄子	●																			●									
	マカロニサラダ	●	●	●																	●									
	コールスロー																													
	海藻ミックス																													
	クレープ（チョコ）	●	●	●																	●								●	
	わかめの味噌汁	●																			●									
	ごはん																													
	さくら漬け																													
	コーヒー																													
コーヒーミルク			●																		●									
砂糖																														
ドリンクサーバー														●														●		
共通	青じそドレッシング（小袋）	●																		●	●	●						●	●	
	フレンチ白ドレッシング（小袋）		●																		●							●		
	ケチャップ（小袋）																													
	中濃ソース（小袋）																													

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用当日に、店頭のアレルギー表示をご確認ください。
 ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

6月メニューアレルギー表

国立妙高青少年自然の家



6月	4、10、16、22、28日	特定原材料								特定原材料に準ずる品目																			
分類	NO.5	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	フルウィツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
朝食	チキンナゲット	●	●	●																		●							
	さつま揚げ煮	●																			●								
	ひじき煮	●																			●								
	コールスロー																												
	わかめの味噌汁	●																			●								
	ごはん																												
	納豆	●																			●								
	さくら漬																												
	食パン	●		●																	●								
	いちごジャム																												
	牛乳			●																									
	コーヒー																												
	コーヒーミルク			●																	●								
	砂糖																												
	ドリンクサーバー													●														●	
昼食	冷し塩ラーメン	●	●																			●							
	白身魚フライ	●																			●								
	大根と牛すじの煮物	●															●				●								
	青菜のお浸し																												
	ヨーグルト（アロエ）			●																								●	
	コールスロー																												
	カーネルコーン																												
	枝豆																				●								
	わかめの味噌汁	●																			●								
	ごはん																												
	さくら漬																												
	コーヒー																												
	コーヒーミルク			●																	●								
	砂糖																												
	ドリンクサーバー													●														●	
夕食	五目ちらし	●																			●	●							
	チャブチェ	●																			●								
	ささみそ巻きフライ	●																			●	●							
	ぜんまいの炒め煮																				●								
	パンブキンサラダ	●	●	●																	●								
	コールスロー																												
	海藻ミックス																												
	ミニたい焼き	●																			●								
	わかめの味噌汁	●																			●								
	ごはん																												
	さくら漬																												
	コーヒー																												
	コーヒーミルク			●																	●								
	砂糖																												
	ドリンクサーバー													●														●	
共通	青じそドレッシング（小袋）	●																		●	●	●						●	●
	フレンチ白ドレッシング（小袋）		●																		●							●	
	ケチャップ（小袋）																												
	中濃ソース（小袋）																												

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用当日に、店頭のアレルギー表示をご確認ください。
 ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

6月メニューアレルギー表

国立妙高青少年自然の家



6月	5、11、17、23、29日	特定原材料								特定原材料に準ずる品目																			
分類	NO.6	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	フルウィツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
朝食	ポイルウィンナー																							●					
	炒り卵	●	●																			●							
	卵の花	●																		●	●								
	コールスロー																				●								
	わかめの味噌汁	●																			●								
	ごはん																												
	納豆	●																			●								
	さくら漬け																												
	食パン	●		●																	●								
	いちごジャム																												
	牛乳			●																									
	コーヒー																												
	コーヒーミルク			●																	●								
	砂糖																												
	ドリンクサーバー													●														●	
昼食	冷しわかめうどん	●																			●								
	メンチカツ	●		●													●				●	●		●					
	大根のそぼろあん																					●							
	花野菜のイタリアンサラダ																				●								
	みかんゼリー																												
	コールスロー																												
	カーネルコーン																												
	枝豆																				●								
	わかめの味噌汁	●																			●								
	ごはん																												
	さくら漬け																												
	コーヒー																												
	コーヒーミルク			●																	●								
	砂糖																												
	ドリンクサーバー													●														●	
夕食	ハヤシライス	●																			●			●					
	ミートソースパスタ	●		●													●				●	●		●					
	イワシ青のりフライ	●																			●								
	回鍋肉	●																			●	●		●				●	
	マカロニサラダ	●	●	●																	●								
	コールスロー																												
	海藻ミックス																												
	プリン			●																								●	
	わかめの味噌汁	●																			●								
	ごはん																												
	さくら漬け																												
	コーヒー																												
	コーヒーミルク			●																	●								
	砂糖																												
	ドリンクサーバー													●														●	
共通	青じそドレッシング（小袋）	●																		●	●	●						●	●
	フレンチ白ドレッシング（小袋）		●																		●							●	
	ケチャップ（小袋）																												
	中濃ソース（小袋）																												

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用当日に、店頭のアレルギー表示をご確認ください。
 ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。