

10・11・12 月メニューアレルギー表



国立妙高青少年自然の家



10月	5、11、17、23、29	特定原材料								特定原材料に準ずる品目																			
11月	4、10、16、22、28																												
12月	4、10、16、22、28																												
分類	NO.1									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	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
朝食	蒸し焼売	●		●																	●	●		●					
	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																				●								
	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	●	●											●							●			●					
	鶏の唐揚げ	●																			●	●		●					
	ジャーマンポテト																				●								
	もやしの香味和え																				●								
	ゼリー（ぶどう&りんご）																										●		
	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	麦ごはんのカレーライス																				●								
	ソース焼きそば	●																			●						●		
	ハムカツ	●	●	●																	●	●		●					
	塩肉じゃが																				●			●					
	マカロニサラダ	●	●																		●								
	コールスロー																				●								
	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、店舗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。

Interna

10・11・12 月メニューアレルギー表



国立妙高青少年自然の家



10月	1, 7, 13, 19, 25, 31	特定原材料								特定原材料に準ずる品目																											
11月	6, 12, 18, 24, 30																																				
12月	6, 12, 18, 24, 30																																				
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	もも	やまいも	りんご	ゼラチン								
朝食	ボイルウィンナー																							●													
	スクランブルエッグ	●	●	●																	●	●															
	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																																				
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	●	●																					●													
	揚げ餃子	●																						●													
	野菜ときのこの蒸し和え	●	●	●																		●		●													
	花野菜のイタリアンサラダ																																				
	ゼリー（ぶどう&りんご）																											●									
	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	麦ごはんのカレーライス																																				
	ソース焼きうどん	●																										●									
	コーンフライ	●																																			
	甘酢肉団子	●	●	●																			●														
	スパゲティサラダ	●	●																																		
	コールスロー																																				
	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														●													●										
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、店舗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。

10・11・12 月メニューアレルギー表



国立妙高青少年自然の家



10月	2. 8. 14. 20. 26	特定原材料								特定原材料に準ずる品目																				
11月	1. 7. 13. 19. 25																													
12月	1. 7. 13. 19. 25. 31																													
分類	NO.4	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	フルーツ	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	蒸し焼売	●		●																	●	●		●						
	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																				●									
	コーヒー																				●									
	コーヒーミルク			●																	●									
砂糖																				●										
ドリンクサーバー														●														●		
昼食	たぬきうどん	●																			●									
	鶏の唐揚げ	●																			●	●								
	ジャーマンポテト																				●									
	もやしの香味和え																				●									
	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	麦ごはんのカレーライス																				●									
	醤油やきそば	●																			●									
	一口とんかつ	●	●	●																	●		●							
	塩肉じゃが																				●		●							
	マカロニサラダ	●	●																		●									
	コールスロー																				●									
	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、店舗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。

10・11・12月メニューアレルギー表



国立妙高青少年自然の家



10月	3, 9, 15, 21, 27	特定原材料									特定原材料に準ずる品目																						
11月	2, 8, 14, 20, 26																																
12月	2, 8, 14, 20, 26																																
分類	NO.5									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	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	●																			●												
	さくら漬け																																
	食パン	●		●																	●												
	いちごジャム																																
	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	●	●											●							●	●		●									
	かぼちゃコロッケ	●	●	●																	●			●									
	野菜とウインナーの炒め	●															●				●	●	●										
	青菜のお浸し																																
	ゼリー（ぶどう&りんご）																											●					
	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	麦ごはんのカレーライス																																
	チャブチェ	●																			●												
	フライドチキン	●																			●	●											
	大根のそぼろあん																						●										
	スパゲティサラダ	●	●																		●												
	コールスロー																				●												
	クレープ（チョコまたはイチゴ）	●	●	●																	●								●				
	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。

10・11・12月メニューアレルギー表



国立妙高青少年自然の家



10月	4, 10, 16, 22, 28	特定原材料									特定原材料に準ずる品目																			
11月	3, 9, 15, 21, 27																													
12月	3, 9, 15, 21, 27																													
分類	NO.6									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	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	
朝食	ポイルウィンナー																							●						
	スクランブルエッグ	●	●	●																	●	●								
	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																													
	コーヒー																					●								
	コーヒーミルク			●																		●								
砂糖																														
ドリンクサーバー														●														●		
昼食	たぬきうどん	●																			●									
	揚げ餃子	●																			●			●						
	野菜ときのこの蒸し和え	●	●	●																	●	●		●						
	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	麦ごはんのカレーライス																													
	ナポリタンパスタ	●																												
	白身魚フライ	●																			●									
	甘酢肉団子	●	●	●																	●	●		●						
	ポテトサラダ	●	●	●																	●									
	コールスロー																													
	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																													

・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。