食堂メニューアレルゲン

令和6年7月分

宮城県松島自然の家

日付	朝　食	小麦	卵	乳	そば	落花生	ごま	えび	かに	くるみ	昼　食	小麦	卵	乳	そば	落花生	ごま	えび	かに	くるみ	夕　食	小麦	卵	乳	そば	落花生	ごま	えび	かに	くるみ
	ごはん										ごはん										ごはん									
2	野菜ジュース										菜めし										ゆかりごはん									
6	納豆（タレ付き）	●																			チキン竜田揚げ	●	●							
11	ふりかけ	●					●				とんかつ	●		●							えびかつ	●	●					●		
15	肉しゅうまい	●	●								いかの天ぷら	●	●					●			フライドポテト	●								
20	チーズオムレツ		●	●																	ナポリタンソテー	●								
25	きんぴらごぼう	●					●				ポテトサラダ	●	●	●																
30	漬物	●					●				生野菜										カニ風味サラダ	●	●	●				●	●	
日	生野菜										もも缶										生野菜									
	もやしと玉ねぎのみそ汁										えのきと豆腐のみそ汁										りんごゼリー									
	ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				油麩のみそ汁	●								
A																					ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●			
	ごはん										ごはん										ごはん									
3	ヨーグルト			●							マーボー丼	●					●				わかめごはん									
7	納豆（タレ付き）	●																			白身魚フライ	●								
12	ふりかけ	●					●				肉ぎょうざ	●	●	●			●				若鶏西京焼き	●								
17	照り焼き豆腐ハンバーグ	●	●	●							チーズポテトもち	●		●							フライドポテト	●								
21	厚焼き卵	●	●																		焼きそば	●	●					●		
26	ミニさつま揚げ	●	●								スパゲティサラダ	●	●	●																
31	漬物	●					●				生野菜										ごぼうサラダ	●	●	●			●			
日	生野菜										パイン缶										生野菜									
	わかめのみそ汁										中華スープ	●					●				ももゼリー									
	ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				すまし汁	●								
B																					ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●			
	ごはん										ごはん										ごはん									
4	野菜ジュース										ハヤシライス	●		●							ゆかりごはん									
9	納豆（タレ付き）	●																			ハンバーグおろしソース	●	●	●						
13	ふりかけ	●					●				コーンコロッケ	●									エビマヨ	●	●	●				●		
18	オムレツ		●								チキンナゲット	●	●	●							フライドポテト	●								
23	えびしゅうまい	●	●					●	●												和風きのこパスタ	●		●						
27	揚げ出し豆腐	●									春雨サラダ						●													
日	漬物	●					●				生野菜										かぼちゃサラダ	●	●	●						
	生野菜										りんごのシロップ漬け										生野菜									
	まめふのみそ汁	●									オニオンスープ	●									ブドウゼリー									
	ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				茎わかめスープ	●					●			
C																					ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●			
	ごはん										ごはん										ごはん									
5	ヨーグルト			●							中華飯	●					●				わかめごはん									
10	納豆（タレ付き）	●																			鶏の野菜肉巻き	●								
14	ふりかけ	●					●				ピーマンの肉詰め	●									野菜かき揚げ	●						●		
19	肉団子	●	●	●			●				春巻き	●					●	●			フライドポテト	●								
24	ハムソーステーキ	●																			ミニ冷やしうどん	●								
28	切干大根の炒り煮	●					●				マカロニサラダ	●	●	●																
日	漬物	●					●				生野菜										たまごサラダ	●	●	●						
	生野菜										みかん缶										生野菜									
	海藻のみそ汁										みそスープ	●					●				アセロラゼリー									
	ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				なめこのみそ汁									
D																					ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●			

※コンタミ【原材料として使用していないにもかかわらず、アレルギー物質が微量混入してしまうこと】はアレルギー表には表示しておりません。
※他のアレルゲンやコンタミについて、成分表（詳細献立表）が必要な場合にはお問い合わせください。
※毎食時に、マヨネーズ・ケチャップ・ソース・ドレッシングが２～３種類出ます。
※都合により献立の一部が変更になることがあります。ご了承ください。