

4・5・6月 アレルゲン表

国立信州高遠青少年自然の家



4月	4月（1・7・13・19・25日）	特定原材料									特定原材料に準ずる品目																		
5月	5月（1・7・13・19・25・31日）																												
6月	6月（6・12・18・24・30日）																												
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	フルーイッ	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																						●						
	厚焼き玉子	●	●																		●								
	切干大根	●																			●								
	スパゲティサラダ	●	●																		●								
	ごぼうの味噌汁																				●								
	ごはん																												
	納豆	●																			●								
	さくら漬け																												
	コールスロー																												
	オクラ																												
	食パン	●			●																	●							
	いちごジャム																												
牛乳				●																									
ドリンクサーバー																													
昼食	ミートソースパスタ	●		●													●				●	●		●					
	メンチカツ	●		●													●				●	●		●					
	野菜とウィンナーのポトフ	●															●				●	●		●					
	かぼちゃの煮物																	●											
	豆サラダイタリアノ	●																			●								
	グレープフルーツ																												
	ごはん																												
	つぼ漬け	●																			●								
	コールスロー																												
	カリフラワー																												
ドリンクサーバー																													
夕食	五目まぜご飯	●																			●	●							
	醤油焼きうどん	●																			●								
	串カツ	●																			●	●		●					
	甘酢肉団子	●	●	●																	●	●		●					
	白菜のうま煮	●																			●	●		●					
	ごぼうのイタリアンサラダ																				●	●							
	大根の味噌汁																				●								
	フチクレープ（イチゴ）	●	●	●																	●							●	
	ごはん																												
	野沢菜漬け	●																			●								
	コールスロー																												
	ヤングコーン																												
ドリンクサーバー																													
共通	青じそドレッシング	●																			●								
	イタリアンドレッシング																				●								
	フレンチドレッシング（白）		●																		●								
	中濃ソース																										●		
	醤油	●																			●								

・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、ご利用日当日に、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。



・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、店頭のアレルゲン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。

4・5・6月 アレルゲン表



国立信州高遠青少年自然の家



4月 (3・9・15・21・27日)		特定原材料									特定原材料に準ずる品目																		
5月 (3・9・15・21・27日)																													
6月 (2・8・14・20・26日)																													
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	フルーイ	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	●																			●	●		●					
	スクランブルエッグ	●	●	●																		●	●						
	卵の花	●																			●								
	スパゲティサラダ	●	●																			●							
	白菜の味噌汁																					●							
	ごはん																					●							
	納豆	●																				●							
	さくら漬																												
	コールスロー																												
	オクラ																												
	食パン	●			●																	●							
	いちごジャム																												
牛乳				●																									
ドリンクサーバー																													
昼食	スパゲティナポリタン	●																											
	アジフライ	●																				●							
	回鍋肉	●																			●	●		●			●		
	もやしの香味和え																												
	豆サラダイタリアーノ	●																			●								
	グレープフルーツ																												
	ごはん																												
	つぼ漬	●																			●								
	コールスロー																												
カリフラワー																													
ドリンクサーバー																													
夕食	わかめご飯																												
	キムチ風味焼うどん	●																			●						●		
	ビーマン肉詰めフライ	●																			●		●						
	ミートボール デミグラスソース	●	●	●																	●	●		●					
	さつま芋のレモン煮																												
	ごぼうのイタリアンサラダ																				●								
	わかめの味噌汁																				●								
	ゼリー (ぶどう&りんご)																									●			
	ごはん																												
	野沢菜漬	●																			●								
	コールスロー																												
	ヤングコーン																												
ドリンクサーバー																													
共通	青じそドレッシング	●																			●								
	イタリアンドレッシング																				●								
	フレンチドレッシング (白)		●																		●								
	中濃ソース																									●			
	醤油	●																			●								

・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。

4・5・6月 アレルゲン表



国立信州高遠青少年自然の家



4月（4・10・16・22・28日）		特定原材料									特定原材料に準ずる品目																		
5月（4・10・16・22・28日）																													
6月（3・9・15・21・27日）																													
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	やまいも	りんご	ゼラチン
朝食	ポイルウィンナー																						●						
	厚焼き玉子	●	●																		●								
	切干大根	●																			●								
	マカロニサラダ	●	●																		●								
	ごぼうの味噌汁																				●								
	ごはん																												
	納豆	●																			●								
	さくら漬け																												
	コールスロー																												
	オクラ																												
	食パン	●			●																	●							
	いちごジャム																												
牛乳				●																									
ドリンクサーバー																													
昼食	ミートソースパスタ	●		●													●				●	●		●					
	メンチカツ	●		●													●				●	●		●					
	野菜とウィンナーのポトフ	●															●				●	●		●					
	かぼちゃの煮物																				●								
	ポテトサラダ	●	●	●																	●								
	オレンジ													●															
	ごはん																												
	つぼ漬け	●																			●								
	コールスロー																												
	カリフラワー																												
ドリンクサーバー																													
夕食	五目まぜご飯	●																			●	●							
	醤油やきそば	●																			●								
	串カツ	●																			●			●					
	甘酢肉団子	●	●	●																	●	●		●					
	白菜のうま煮	●																			●	●		●					
	豆のイタリアンサラダ																				●	●							
	大根の味噌汁																				●								
	フチクレープ（イチゴ）	●	●	●																	●							●	
	ごはん																												
	野沢菜漬け	●																			●								
	コールスロー																												
	ヤングコーン																												
ドリンクサーバー																													
共通	青じそドレッシング	●																			●								
	イタリアンドレッシング																				●								
	フレンチドレッシング（白）		●																		●								
	中濃ソース																										●		
	醤油	●																			●								

- 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。

4・5・6月 アレルゲン表

国立信州高遠青少年自然の家



4月	4月（5・11・17・23・29日）	特定原材料									特定原材料に準ずる品目																			
5月	5月（5・11・17・23・29日）																													
6月	6月（4・10・16・22・28日）																													
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	キウイフルーツ	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	ミートボール	●	●	●																	●	●		●						
	オムレツ	●	●	●																	●									
	ひじき煮	●																			●									
	スパゲティサラダ	●	●																		●									
	玉葱の味噌汁																				●									
	ごはん																													
	納豆	●																			●									
	さくら漬け																													
	コールスロー																													
	オクラ																													
	食パン	●			●																	●								
	いちごジャム																													
牛乳				●																										
ドリンクサーバー																														
昼食	ガーリックパスタ	●																												
	コーンフライ	●																			●									
	豚肉入り野菜炒め																						●							
	こんにゃくの甘辛炒め																													
	豆サラダダイタリーノ	●																			●									
	グレープフルーツ																													
	ごはん																													
	つぼ漬け	●																			●									
	コールスロー																													
	カリフラワー																													
ドリンクサーバー																														
夕食	菜めし																				●									
	ソース焼きうどん	●																			●							●		
	ハムサラダフライ	●	●	●																	●		●							
	デミグラスソースハンバーグ	●		●													●				●	●								
	さつま芋のレモン煮																													
	ごぼうのイタリアンサラダ																				●									
	ほうれん草の味噌汁																				●									
	ミニたい焼き	●																			●									
	ごはん																													
	野沢菜漬け	●																			●									
	コールスロー																													
	ヤングコーン																													
ドリンクサーバー																														
共通	青じそドレッシング	●																			●									
	イタリアンドレッシング																				●									
	フレンチドレッシング（白）		●																		●									
	中濃ソース																											●		
	醤油	●																			●									

・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、ご利用日当日に、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。

4・5・6月 アレルゲン表

国立信州高遠青少年自然の家



4月（6・12・18・24・30日）		特定原材料								特定原材料に準ずる品目																				
5月（6・12・18・24・30日）																														
6月（5・11・17・23・29日）																														
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	フルーイッツ	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	●																			●	●		●						
	スクランブルエッグ	●	●	●																		●	●							
	卵の花	●																			●									
	マカロニサラダ	●	●																			●								
	白菜の味噌汁																					●								
	ごはん																					●								
	納豆	●																				●								
	さくら漬け																													
	コールスロー																													
	オクラ																													
	食パン	●			●																		●							
	いちごジャム																						●							
牛乳				●																										
ドリンクサーバー																														
昼食	スパゲティナポリタン	●																												
	アジフライ	●																				●								
	回鍋肉	●																				●	●					●		
	もやしの香味和え																					●								
	ポテトサラダ	●	●	●																		●								
	オレンジ													●																
	ごはん																					●								
	つぼ漬け	●																				●								
	コールスロー																													
	カリフラワー																													
ドリンクサーバー																														
夕食	わかめご飯																													
	塩焼きそば	●																				●								
	ビーマン肉詰めフライ	●																				●	●							
	ミートボール トマトソース	●	●	●																		●	●					●		
	きんぴら																					●								
	豆のイタリアンサラダ																					●								
	わかめの味噌汁																					●								
	ゼリー（ぶどう&りんご）																					●						●		
	ごはん																													
	野菜漬け	●																				●								
	コールスロー																													
	ヤングコーン																													
ドリンクサーバー																														
共通	青じそドレッシング	●																				●								
	イタリアンドレッシング																					●								
	フレンチドレッシング（白）		●																			●								
	中濃ソース																											●		
	醤油	●																				●								

・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、店舗のアレルゲン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。