

7・8・9月 アレルゲン表

国立信州高遠青少年自然の家



7月	(2・8・14・20・26日)	特定原材料									特定原材料に準ずる品目																				
8月	(1・7・13・19・25・31日)																														
9月	(6・12・18・24・30日)																														
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	クルミ	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	ミートボール	●	●	●																	●	●		●							
	オムレツ	●	●	●																		●									
	ひじき煮	●																				●									
	マカロニサラダ	●	●																			●									
	玉葱の味噌汁																					●									
	ごはん																														
	納豆	●																				●									
	さくら漬け																														
	千切りキャベツ																														
	食パン	●		●																		●									
	いちごジャム																														
牛乳			●																												
ドリンクサーバー																															
昼食	冷製塩ラーメン(梅肉入り)	●	●																			●									
	コーンフライ	●																				●									
	豚入り野菜炒め																							●							
	和風マーボー茄子	●																				●									
	ポテトサラダ	●	●	●																		●									
	オレンジ													●																	
	わかめスープ																						●								
	ごはん																														
	つぼ漬け	●																				●									
夕食	千切りキャベツ																														
	ドリンクサーバー																														
	ハヤシライス	●																				●			●						
	ソース焼きそば	●																				●							●		
	白身魚フライ	●																				●									
	照焼きハンバーグ	●		●													●					●		●							
	きんぴら																					●									
	豆のイタリアンサラダ																					●									
	ほうれん草の味噌汁																					●									
	ぶどうゼリー																														
共通	ごはん																														
	野沢菜漬け	●																				●									
	千切りキャベツ																														
	ドリンクサーバー																														
	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。

7・8・9月 アレルゲン表



国立信州高遠青少年自然の家



7月	(3・9・15・21・27日)	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																									
8月	(2・8・14・20・26・30日)	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	オレシ	カシューナッツ	クルミ	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								
9月	(1・7・13・19・25日)																																				
分類	NO.3																																				
朝食	蒸し焼売	●																			●																
	厚焼き玉子	●	●																			●															
	卵の花	●																			●	●															
	スパゲティサラダ	●	●																			●	●														
	大根の味噌汁																					●															
	ごはん																						●														
	納豆	●																				●															
	さくら漬																						●														
	千切りキャベツ																																				
	食パン	●			●																		●														
	いちごジャム																																				
牛乳				●																																	
ドリンクサーバー																																					
昼食	和風ツナスパゲティ	●																				●															
	アジフライ	●																				●															
	回鍋肉	●																				●		●													
	野菜ときのこの蒸し和え	●	●	●																		●	●		●												
	パンプキンサラダ	●	●	●																		●															
	グレープフルーツ																																				
	青菜のすまし汁																																				
	ごはん																						●														
	つぼ漬	●																					●														
	ドリンクサーバー																																				
夕食	五目野菜あんかけご飯																						●														
	キムチ風味焼きうどん	●																				●															
	揚げギョウザ	●																				●		●													
	ミートボール デミグラスソース	●	●	●																		●	●		●												
	ジャーマンポテト																																				
	春雨サラダしそ風味	●																				●															
	わかめの味噌汁																					●															
	いちごゼリー																																				
	ごはん																						●														
	野沢菜漬	●																					●														
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 (赤)		●																			●															
	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。

7・8・9月 アレルゲン表

国立信州高遠青少年自然の家



7月 (4・10・16・22・28日)		特定原材料									特定原材料に準ずる品目																		
8月 (3・9・15・21・27日)																													
9月 (2・8・14・20・26・30日)																													
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																												
	オムレツ	●	●	●																		●							
	切干大根	●																				●							
	マカロニサラダ	●	●																			●							
	玉葱の味噌汁																					●							
	ごはん																												
	納豆	●																				●							
	さくら漬け																												
	千切りキャベツ																												
	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	●																											
	ハムサラダフライ	●	●	●																		●			●				
	野菜とウィンナーのポトフ	●																●				●		●					
	こんにゃくの甘辛炒め																												
	ポテトサラダ	●	●	●																		●							
	オレンジ													●															
	わかめスープ																							●					
	ごはん																												
	つぼ漬け	●																					●						
千切りキャベツ																													
ドリンクサーバー																													
夕食	ハヤシライス	●																				●			●				
	醤油やきそば	●																					●						
	一口とんかつ	●	●	●																			●		●				
	甘酢肉団子	●	●	●																			●		●				
	きんぴら																						●						
	豆のイタリアンサラダ																						●						
	ほうれん草の味噌汁																						●						
	ぶどうゼリー																												
	ごはん																												
	野菜漬け	●																					●						
千切りキャベツ																													
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 (赤)		●																				●						
	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。

7・8・9月 アレルゲン表



7月	(5・11・17・23・29日)	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																									
8月	(4・10・16・22・28日)	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	オレシ	カシューナッツ	クルミ	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								
9月	(3・9・15・21・27日)																																				
分類	NO.5																																				
朝食	ミートボール	●	●	●																	●	●		●													
	厚焼き玉子	●	●																			●															
	ひじき煮	●																				●															
	スパゲティサラダ	●	●																			●															
	大根の味噌汁																					●															
	ごはん																					●															
	納豆	●																				●															
	さくら漬																																				
	千切りキャベツ																																				
	食パン	●			●																	●															
	いちごジャム																																				
牛乳				●																																	
ドリンクサーバー																																					
昼食	冷製塩ラーメン(梅肉入り)	●	●																				●														
	コーンフライ	●																				●															
	豚入り野菜炒め																					●		●													
	和風マーボー茄子	●																				●															
	パンフキンサラダ	●	●	●																		●															
	グレープフルーツ																					●															
	青菜のすまし汁																																				
	ごはん																					●															
	つぼ漬	●																				●															
	ドリンクサーバー																																				
夕食	五目野菜あんかけご飯																					●															
	ソース焼きうどん	●																				●														●	
	白身魚フライ	●																				●															
	デミグラスソースハンバーグ	●		●													●					●	●		●												
	塩肉じゃが																																				
	春雨サラダしそ風味	●																				●															
	わかめの味噌汁																					●															
	いちごゼリー																																				
	ごはん																					●															
	野沢菜漬	●																				●															
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(赤)		●																			●															
	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。

7・8・9月 アレルゲン表

国立信州高遠青少年自然の家



7月	(6・12・18・24・30日)	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																			
8月	(5・11・17・23・29日)																														
9月	(4・10・16・22・28日)																														
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	クルミ	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	蒸し焼売	●																			●										
	オムレツ	●	●	●																		●									
	卵の花	●																			●										
	マカロニサラダ	●	●																			●									
	玉葱の味噌汁																					●									
	ごはん																					●									
	納豆	●																				●									
	さくら漬け																														
	千切りキャベツ																														
	食パン	●			●																	●									
	いちごジャム																														
牛乳				●																											
ドリンクサーバー																															
昼食	和風ツナスバゲティ	●																			●										
	アジフライ	●																				●									
	回鍋肉	●																				●		●				●			
	野菜ときのこの蒸し和え	●	●	●																		●	●	●							
	ポテトサラダ	●	●	●																		●									
	オレンジ													●																	
	わかめスープ																						●								
	ごはん																					●									
	つぼ漬け	●																				●									
夕食	千切りキャベツ																														
	ドリンクサーバー																														
	ハヤシライス	●																				●		●							
	塩焼きそば	●																				●									
	揚げギョウザ	●																				●		●							
	ミートボール トマトソース	●	●	●																		●	●	●				●			
	ジャーマンポテト																														
	豆のイタリアンサラダ																					●									
	ほうれん草の味噌汁																					●									
	ぶどうゼリー																														
共通	ごはん																				●										
	野沢菜漬け	●																				●									
	千切りキャベツ																														
	ドリンクサーバー																														
	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(赤)		●																			●									
	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。