

食堂メニューアレルギー



令和7年 10月

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
1 5 10 15 19 24 29 日 A	ごはん										わかめごはん											菜めし								
	乳酸菌飲料			●							ごはん											ごはん	●							
	納豆（タレ付き）	●																				照り焼きチキン	●							
	ふりかけ（野菜）										肉ぎょうざ	●	●	●			●					あじフライ	●							
	豆腐しゅうまい	●									えびマヨ	●	●	●				●				大学芋 ※はちみつ使用					●			
	ウィンナー																					ナポリタンソテー	●							
	スパゲティサラダ	●	●	●							チャブチェ	●					●													
	漬物（つぼ漬け）	●									生野菜											ポテトサラダ	●	●	●					
	生野菜										豆乳杏にフルーツ （豆乳杏に豆腐、みかん）											生野菜								
	じゃが芋のみそ汁										春雨スープ	●					●					ぶどうゼリー								
	ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●					大根のみそ汁								
2 7 11 16 21 25 30 日 B	ごはん										ごはん											ごはん								
	乳酸菌飲料			●							ハヤシライス	●		●								二色丼の具	●	●						
	納豆（タレ付き）	●																				白身魚フライ	●							
	ふりかけ（野菜）										チーズはんぺんフライ	●	●	●								若鶏西京焼き	●							
	オムレツ		●								ハッシュドポテト											かぼちゃ天ぷら	●					●		
	ミニさつま揚げ	●	●																			ミニ冷やしうどん	●							
	揚げ出し豆腐	●									ツナマカロニサラダ	●	●	●																
	漬物（しば漬け）										生野菜											卵サラダ	●	●	●					
	生野菜										りんごゼリー											生野菜								
	まめふのみそ汁	●									わかめスープ	●					●					ヨーグルト			●					
3 8 12 17 22 26 31 日 C	ごはん										ごはん											菜めし								
	乳酸菌飲料			●							中華丼の具	●					●					ごはん								
	納豆（タレ付き）	●																				照り焼き豆腐ハンバーグ	●							
	ふりかけ（野菜）										春巻き	●					●	●				ちくわの磯辺揚げ	●						●	
	鶏野菜肉巻き	●									にらまんじゅう	●		●			●					フライドポテト（スマイル）								
	ミニ笹かま																					ピーファンソテー						●		
	ポテトマカロニサラダ	●	●	●							ごぼうサラダ	●	●	●			●													
	漬物（つぼ漬け）	●									生野菜											かぼちゃサラダ	●	●	●					
	生野菜										フルーツ（パイナップル、モロヘイヤ、アボカド）											生野菜								
	油麩のみそ汁	●									茎わかめスープ	●					●					野菜ジュース								
4 9 13 18 23 28 日 D	ごはん										ごはん											ゆかりごはん								
	乳酸菌飲料			●							豚丼の具	●										ごはん								
	納豆（タレ付き）	●																				肉しゅうまい	●	●						
	ふりかけ（野菜）										チーズポテトもち	●		●								鶏肉の唐揚げ	●							
	厚焼き卵	●	●								ささみフライ	●										フライドポテト（皮付き）	●							
	肉団子	●																				塩焼きそば	●		●					
	里芋のそぼろあんかけ	●									春雨中華サラダ	●					●													
	漬物（しば漬け）										生野菜											かに風味サラダ	●	●	●				●	●
	生野菜										ナタデココフルーツ （バナナ、パイナップル）											生野菜								
	えのきのみそ汁										うーめん汁	●										豆乳プリン								
D	ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●					海藻のみそ汁								
																						ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●		

※コンタミネーション【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。
本所ではコンタミネーションの対応は致しかねますのでご承知をお願いします。
※他のアレルギーについて、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・しょうゆ・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。