

食堂メニューアレルギー



令和7年 12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	
2 6 11 16 20 25 日 A	ごはん										ごはん										わかめごはん										
	乳酸菌飲料			●							炒めビビンバ	●					●				ごはん										
	納豆（タレ付き）	●																			ピザ春巻き	●		●							
	ふりかけ （野菜・おかか）	●				●					若鶏西京焼き	●									れんこん肉詰めフライ	●									
	オムレツ		●								さばの竜田揚げ	●									大学芋 ※はちみつ使用						●				
	ウインナー																				塩焼きそば	●		●							
	きんぴらごぼう	●					●				ポテトサラダ	●	●	●																	
	漬物（つぼ漬け）	●									生野菜										マカロニサラダ	●	●	●							
	生野菜										ぶどうゼリー										生野菜										
	まめふのみそ汁	●									うーめん汁	●									野菜ジュース										
A	ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●		●					ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				きのこスープ	●					●				
																					ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				
3 7 12 17 21 26 日 B	ごはん										ごはん										ゆかりごはん										
	乳酸菌飲料			●							中華飯の具	●					●				ごはん										
	納豆（タレ付き）	●																			チーズハンバーグ	●	●	●							
	ふりかけ （野菜・おかか）	●				●					チキン唐揚げ	●									あじフライ	●									
	肉団子	●	●	●		●					肉ぎょうざ	●	●	●			●				フライドポテト（皮付き）	●									
	豆腐しゅうまい	●																			和風きのこパスタ	●		●							
	ポテトマカロニサラダ	●	●	●							さつまいもサラダ	●	●	●																	
	漬物（しば漬け）										生野菜										ごぼうサラダ	●	●	●			●				
	生野菜										フルーツ*ツバ*インリン* びり・桃・梨・ドリア・チェリ										生野菜										
	なめこのみそ汁										春雨スープ	●					●				野菜ジュース										
B	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	●									
																					ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				
4 9 13 18 23 27 日 C	ごはん										ごはん										わかめごはん										
	乳酸菌飲料			●							カレーライス ※はちみつ使用	●		●			●				ごはん										
	納豆（タレ付き）	●																			鶏天ぷら	●	●					●			
	ふりかけ （野菜・おかか）	●				●					とんかつ	●									白身魚天ぷら	●	●					●			
	鶏野菜肉巻き	●									フライドポテト										野菜かき揚げ	●						●			
	ミニ笹かま	●	●																		ソース焼きそば	●	●					●			
	スパゲティサラダ	●	●	●							かに風味サラダ	●	●	●					●	●											
	漬物（刻みきゅうり漬け）	●				●					生野菜										卵サラダ	●	●	●							
	生野菜										豆乳杏にフルーツ （豆乳杏仁・みかん）										生野菜										
	油麩のみそ汁	●									海藻スープ	●					●				野菜ジュース										
C	ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●		●					ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				じゃが芋のみそ汁										
																					ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				
5 10 14 19 24 28 日 D	ごはん										ごはん										菜めし										
	乳酸菌飲料			●							二色丼の具	●	●								ごはん										
	納豆（タレ付き）	●																			肉しゅうまい	●	●								
	ふりかけ （野菜・おかか）	●				●					おろしハンバーグ	●	●	●							フライドチキン	●	●								
	厚焼き卵	●	●								たこ焼き	●	●								ハッシュドポテト										
	ハムソースステーキ	●																			ナポリタンソテー	●									
	ビーフソテー					●					春雨棒鶏サラダ	●					●														
	漬物（しば漬け）										生野菜										かぼちゃサラダ	●	●	●							
	生野菜										ヨーグルト			●							生野菜										
	えのきのみそ汁										ミニみそラーメン	●					●				野菜ジュース										
D	ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●		●					ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				コーンポタージュ	●		●							
																					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お願います。
※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。