

食堂メニューアレルギー



令和8年 1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
4 9 14 18 23 28 日 A	ごはん										ごはん											菜めし								
	乳酸菌飲料			●							ハヤシライス	●		●								ごはん								
	納豆（タレ付き）	●																				さばの竜田揚げ	●							
	ふりかけ（野菜）										野菜コロッケ	●										ガーリックチキン	●							
	豆腐しゅうまい	●									チーズハンバーグ	●	●	●								大学芋 ※はちみつ使用					●			
	ハムソースステーキ	●																				ソース焼きそば	●	●					●	
	里芋のそぼろあんかけ	●									春雨サラダ	●					●													
	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								
	なめこのみそ汁										海藻スープ	●					●					野菜ジュース								
	ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●					春雨スープ	●					●		
																						ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●		
6 10 15 20 24 29 日 B	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）	●																				照り焼き豆腐ハンバーグ	●							
	ふりかけ（野菜）										ささみフライ	●										あじフライ	●							
	オムレツ		●								肉ぎょうざ	●	●	●			●					フライドポテト（皮付き）	●							
	ウインナー																					ビーフンソテー						●		
	揚げ出し豆腐	●									明太子ポテトサラダ	●	●	●														●		
	漬物（しば漬け）										生野菜											かぼちゃサラダ	●	●	●					
	生野菜										豆乳杏仁フルーツ （豆乳杏仁、みかん）											生野菜								
	まめふのみそ汁	●									うーめん汁	●										野菜ジュース								
	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	●	●	●			●		
7 11 16 21 25 30 日 C	ごはん										ごはん カレーライス ※はちみつ使用	●		●			●					菜めし								
	乳酸菌飲料			●								●		●				●				ごはん								
	納豆（タレ付き）	●																				チキン唐揚げ	●							
	ふりかけ（野菜）										チーズはんぺんフライ	●	●	●								春巻き	●					●	●	
	肉しゅうまい	●	●								ハッシュドポテト											たこ焼き	●	●						
	ミニ笹かま	●	●																			塩焼きそば	●		●					
	スパゲティサラダ	●	●	●							卵サラダ	●	●	●								ごぼうサラダ	●	●	●			●		
	漬物（刻みきゅうり漬け）	●					●				生野菜 フルーツポンチ （ﾊﾞｲﾂ、りんご、ﾎﾞﾚｰ）											生野菜								
	生野菜										コーンポタージュ	●		●								野菜ジュース								
	えのきのみそ汁										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	●	●	●			●				ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●					ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●		
8 12 17 22 27 31 日 D	ごはん										菜めし											わかめごはん								
	乳酸菌飲料			●							ごはん											ごはん								
	納豆（タレ付き）	●																				鶏肉の西京焼き	●							
	ふりかけ（野菜）										とんかつ	●										白身魚フライ	●							
	厚焼き卵	●	●								えびマヨ	●	●	●				●				フライドポテト（ミニオンズ）								
	鶏野菜肉巻き	●																				ナポリタンソテー	●							
	きんぴらごぼう	●					●				チャプチェ	●					●													
	漬物（しば漬け）										生野菜											かに風味サラダ	●	●	●				●	●
	生野菜										ﾌﾙｰﾂﾐｯｸｽ(ﾊﾞｲﾂ、ﾘﾝｺﾞ、 みかん、桃、梨、ﾌﾞﾛｯﾁﾍﾞﾂ)											生野菜								
	油麴のみそ汁	●									ミニみそラーメン	●					●					野菜ジュース								
	ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●					コンソメスープ	●							
																						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。