

食堂メニューアレルギー



令和8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 6 10 15 20 24 29 日 A	ごはん										ごはん										菜めし										
	乳酸菌飲料			●							中華飯の具	●						●				ごはん									
	納豆（タレ付き）	●																			白身魚フライ	●									
	ふりかけ	●	●	●			●				春巻き	●						●	●			若鶏の西京焼き	●								
	厚焼き卵	●	●								スタミナカツ（餃子風）	●	●	●				●				フライドポテト（ｽﾌｧｲﾙ）									
	ハムソースステーキ	●																				塩焼きそば	●		●						
	スパゲティサラダ	●	●	●							カニ風味サラダ	●	●	●					●	●											
	漬物（刻みきゅうり漬け）	●					●				生野菜										卵サラダ	●	●	●							
	生野菜										豆乳杏仁フルーツ （豆乳杏仁・みかん）										生野菜										
	まめふのみそ汁	●									ミニみそラーメン	●						●				ヨーグルト			●						
A	ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●				●				わかめのみそ汁									
																					ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				
2 7 11 16 21 25 30 日 B	ごはん										わかめごはん										ごはん										
	チーズ			●							ごはん											二色丼の具	●	●							
	納豆（タレ付き）	●																			照り焼き豆腐ハンバーグ	●									
	ふりかけ	●	●	●			●				若鶏の塩麴照焼	●										エビマヨ	●	●	●				●		
	豆腐しゅうまい	●									チーズはんぺんフライ	●	●	●								ジャーマンポテト		●	●						
	肉団子トマトソース	●	●				●															ミニ冷やしうどん	●								
	揚げ出し豆腐	●									チャプチェ	●						●													
	漬物（しば漬け）										生野菜											かぼちゃサラダ	●	●	●						
	生野菜										フルーシックス（ﾊﾞｲﾂﾐｶﾘｼｵﾝ・ ﾔﾑｶﾞﾌﾞﾄﾞﾘｶﾗﾝﾎﾞ）											生野菜									
	じゃが芋のみそ汁										うーめん汁	●										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	●	●	●				●				海藻スープ	●					●			
																					ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				
3 8 12 17 22 27 31 日 C	ごはん										ごはん										わかめごはん										
	乳酸菌飲料			●							豚丼の具	●										ごはん									
	納豆（タレ付き）	●																			とんかつ	●									
	ふりかけ	●	●	●			●				チーズえびかつ	●		●					●			にらまんじゅう	●		●			●			
	ウインナー										あらびきチキン	●										フライドポテト（ﾐﾆﾁｬ）									
	オムレツ		●																		ソース焼きそば	●	●						●		
	里芋のそぼろあんかけ	●									大学芋 ※はちみつ使用							●													
	漬物（つぼ漬け）	●									生野菜											ごぼうサラダ	●	●	●			●			
	生野菜										ナタデココフルーツ （ﾅﾃﾞｺｺﾊﾞｲﾝｸﾞﾘﾝｺﾞ）											生野菜									
	なめこのみそ汁										春雨スープ	●						●				豆乳プリン									
C	ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●				●				油麴のみそ汁	●								
																					ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				
4 9 14 18 23 28 日 D	ごはん										ごはん										ゆかりごはん										
	チーズ			●							ハヤシライス	●		●								ごはん									
	納豆（タレ付き）	●																			チーズインハンバーグ	●	●	●							
	ふりかけ	●	●	●			●				鶏野菜肉巻き	●										アジフライ	●								
	肉しゅうまい	●	●								ナポリタンフライ	●										たこ焼き	●	●							
	ミニさつま揚げ	●	●																			ピーマンソテー						●			
	春雨さっぱりサラダ	●					●				ポテトサラダ	●	●	●																	
	漬物（しば漬け）										生野菜											マカロニサラダ	●	●	●						
	生野菜										フルーツポンチ （ﾊﾞｲﾂﾐｶﾘｼｵﾝ・ｾﾘｰ）											生野菜									
	えのきのみそ汁										コーンポタージュ	●		●								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	●	●	●				●				きのこスープ	●					●			
																					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。