

食堂メニューアレルギー



宮城県松島自然の家

令和8年 9月

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 23 29 日 A	ごはん										ゆかりごはん											菜めし										
	乳酸菌飲料			●							ごはん											ごはん										
	納豆（タレ付き）	●																				あじフライ	●									
	ふりかけ	●	●	●			●				照り焼き豆腐ハンバーグ	●										若鶏の塩麴照焼	●									
	オムレツ		●								ピザ春巻き	●		●								フライドポテト（ミニ☆）										
	ハムソースステーキ	●																				ソース焼きそば	●	●					●			
	ポテトマカロニサラダ	●	●	●							チャプチェ	●					●															
	漬物（刻みきゅうり漬け）	●					●				生野菜											ごぼうサラダ	●	●	●			●				
	生野菜										フルーゼックス（パ・イミカリソウ・モミガサドリカラソウ）											生野菜										
	わかめのみそ汁										きのこスープ	●					●					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	●	●	●			●					まめふのみそ汁	●									
																						ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				
2 6 11 16 20 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）	●																				肉ぎょうざ	●	●	●			●				
	ふりかけ	●	●	●			●				とんかつ	●										カニカマ天ぷら	●	●					●	●		
	えびしゅうまい	●	●					●	●		チーズロール	●		●								大学芋 ※はちみつ使用						●				
	ウィンナー																					ミニ冷やしうどん	●									
	春雨さっぱりサラダ	●					●				かぼちゃサラダ	●	●	●																		
	漬物（しば漬け）										生野菜											ポテトサラダ	●	●	●							
	生野菜										ナタデココフルーツ（サゲ ュパイノりんご）											生野菜										
	えのきのみそ汁										うーめん汁	●										乳酸菌飲料			●							
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 21 26 日 C	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）	●																				若鶏の塩唐揚げ	●					●				
	ふりかけ	●	●	●			●				白身魚フライ	●										エビマヨ	●	●	●				●			
	ハンバーグおろしソース	●	●	●							鶏野菜肉巻き	●										フライドポテト（スリル）										
	厚焼き卵	●	●																			ナポリタンソテー	●									
	きんぴらごぼう	●					●				スパゲティサラダ	●	●	●																		
	漬物（つぼ漬け）	●									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										
	油麴のみそ汁	●									みそスープ						●					オレンジゼリー										
C	ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●					なめこのみそ汁										
																						ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●			●				
4 9 13 18 22 27 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	●	●	●			●				あらびきチキン	●										イカリングフライ	●									
	かにしゅうまい	●	●					●	●		三角ポテトチーズフライ	●		●								ジャーマンポテト		●	●							
	肉団子	●	●	●			●															ミニ冷やしそうめん	●									
	ビーフンソテー						●				マカロニサラダ	●	●	●																		
	漬物（しば漬け）										生野菜											カニ風味サラダ	●	●	●				●	●		
	生野菜										フルーツポンチ（パ・イリッソ・リダゼリー）											生野菜										
	じゃが芋のみそ汁										わかめスープ	●					●					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	●	●	●			●					春雨スープ	●					●				
																						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。