食堂メニューアレルゲン



令和９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
5	ごはん										ごはん										ごはん									
9	乳酸菌飲料			●							カレーライス ※はちみつ使用	●		●			●				二色丼の具	●	●							
14	納豆（タレ付き）	●																			チーズインハンバーグ	●	●	●						
19	ふりかけ	●	●	●			●				フライドチキン	●	●								たこナゲット	●						●	●	
23	肉団子	●	●	●			●				揚げじゃが	●									ジャーマンポテト		●	●						
28	ウインナー																				塩焼きそば	●		●						
日	里芋のそぼろあんかけ	●									ツナスパゲティサラダ	●	●	●																
A	漬物（刻みきゅうり漬け）	●					●				生野菜										ごぼうサラダ	●	●	●				●		
	生野菜										ナタデココフルーツ （ﾅﾀﾃﾞ ｺｺ.パイン.りんご）										生野菜									
	油ふのみそ汁	●									茎わかめスープ	●					●				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	●	●	●			●				きのこスープ	●						●		
																					ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●				●		
6	ごはん										ごはん										菜めし									
10	乳酸菌飲料			●							中華飯の具	●					●				ごはん									
15	納豆（タレ付き）	●																			白身魚フライ	●								
20	ふりかけ	●	●	●			●				にらまんじゅう	●		●			●				若鶏の西京焼き	●								
24	オムレツ		●								春巻き	●					●	●			チーズロール	●		●						
29	豆腐しゅうまい	●																			和風きのこパスタ	●		●						
日	さつま芋の甘露煮										カニ風味サラダ	●	●	●				●	●											
B	漬物（しば漬け）										生野菜										卵サラダ	●	●	●						
	生野菜										豆乳プリン										生野菜									
	なめこのみそ汁										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	●	●	●			●				すまし汁	●								
																					ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●				●		
7	ごはん										菜めし										わかめごはん									
11	乳酸菌飲料			●							ごはん										ごはん									
16	納豆（タレ付き）	●																			若鶏の塩唐揚げ	●					●			
21	ふりかけ	●	●	●			●				とんかつ	●									カニカマ揚げ	●	●					●	●	
26	ハムソーステーキ	●									照り焼き 豆腐ハンバーグ	●									フライドポテト（ミニオン）									
30	あらびきチキン	●																			ソース焼きそば	●	●					●		
日	ポテトマカロニサラダ	●	●	●							大学芋　※はちみつ使用						●													
C	漬物（つぼ漬け）	●									生野菜										かぼちゃサラダ	●	●	●						
	生野菜										ﾌﾙｰﾂﾐｯｸｽ（ﾊﾟｲﾝ.ﾐｶﾝ.ﾘﾝｺﾞ. ﾓﾓ.ﾅｼ.ﾌﾞﾄﾞｳ.ｻｸﾗﾝﾎﾞ）										生野菜									
	じゃが芋のみそ汁										うーめん汁	●									野菜ジュース									
	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	●	●	●				●		
8	ごはん										ごはん										ゆかりごはん									
13	乳酸菌飲料			●							豚丼の具	●									ごはん									
17	納豆（タレ付き）	●																			肉ぎょうざ	●	●	●			●			
22	ふりかけ	●	●	●			●				エビマヨ	●	●	●				●			あじフライ	●								
27	若鶏の塩麹照焼	●									豆腐ナゲット	●									中華ポテト	●								
31	厚焼き卵	●	●																		ナポリタンソテー	●								
日	ビーフンソテー						●				きんぴらごぼう	●					●													
D	漬物（しば漬け）										生野菜										春雨さっぱりサラダ	●					●			
	生野菜										ヨーグルト			●							生野菜									
	まめふのみそ汁	●									春雨スープ	●					●				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	●	●	●			●				わかめスープ	●								
																					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き願います。
※他のアレルゲンについて、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。