

冬メニュー（12月～2月）Bパターン

山形県飯豊少年自然の家

朝 食		
メニュー	材料	アレルゲン
ご飯	精白米 うるち米	
納豆	納豆（たれ、からし付き）	小麦・大豆
花五目卵焼き	花五目卵巻	卵・小麦・大豆・サバ 鶏肉・豚肉・りんご・ ゼラチン・くるみ・乳
野菜炒め	キャベツ にんじん ブロッコリー ☆グッドチョイスウインナー サラダ油 味塩コショウ コンソメ粉	豚肉・鶏肉 牛肉・大豆
味付け海苔	味付け海苔	乳・小麦・エビ 大豆・豚肉
みそ汁	豆ふ 長ねぎ だし入りみそ	小麦 大豆
ヨーグルト	ヨーグルト	乳

☆印 卵・乳アレルゲン対応商品

昼 食		
メニュー	材料	アレルゲン
かき揚げ 天ぷらうどん	うどん 野菜かき揚げ ほうれん草カット サラダ油 長ねぎ つゆの素	小麦 小麦・大豆 小麦・大豆
味噌マヨ サラダ	レタス きゅうり(果実・生) にんじん ちくわ ブロッコリー だし入りみそ マヨネーズ	大豆 大豆 大豆・卵
焼きりんご	りんご(生) バター 上白糖	りんご 乳

アレルギー対応パックドレッシング

和風ドレッシング

小麦・大豆

フレンチドレッシング

夕 食		
メニュー	材料	アレルゲン
米飯	精白米 うるち米	
麻婆豆腐	豚(ひき肉・生) 絹豆腐 長ねぎ(葉・軟白・生) しょうが(おろし) にんにく(おろし) サラダ油 上白糖 だし入り味噌 豆板醤 かどや ごま油 片栗粉(じゃがいもでん粉)	豚肉 大豆 大豆 大豆・小麦 ごま
鶏のから揚げ	じゅわっと鶏唐 サラダ油 レタス	鶏肉・卵・小麦・乳・大豆
春雨サラダ	緑豆はるさめ 緑豆もやし にんじん ブロッコリー めんつゆ ごま油	大豆 大豆・小麦 ごま
きくらげの スープ	干しきくらげ 緑豆もやし にんじん 中華味 醤油	 牛肉・豚肉・鶏肉・大豆 ゼラチン 大豆・小麦