

## 秋×ニュー (9月~11月) C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<br>うるち米                                                         |                       |
| 納豆(糸引き)         | 納豆(たれ、からし付き)                                                        | 小麦・大豆                 |
| 厚焼き玉子と<br>ウインナー | たまごやき<br>☆グッドチョイスウインナー                                              | 小麦・卵・大豆・ゼラチン<br>豚肉・鶏肉 |
| 野菜炒め            | キャベツ<br>にんじん<br>ブロッコリー<br>スイートコーン<br>サラダ油<br>味塩コショウ(ポトタイプ)<br>コンソメ粉 | 牛肉・大豆                 |
| ふりかけ            | のりたま                                                                | 卵・乳・小麦・ごま<br>さば・大豆・鶏肉 |
| みそ汁             | 絹豆腐 冷ダイスカット<br>カットわかめ(乾)<br>だし入りみそ                                  | 大豆<br>大豆              |
| ヨーグルト           | ヨーグルト                                                               | 乳                     |
|                 |                                                                     |                       |

☆印 卵・乳アレルギー対応商品

| 屋 食       |                                                                                                                              |                                                          |
|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| メニュー      | 材料                                                                                                                           | アレルゲン                                                    |
| ガパオライス    | 精白米<br>うるち米<br>鶏(ひき肉)<br>たまねぎ<br>にんじん<br>青ピーマン<br>ぶなしめじ<br>にんにく(おろし)<br>料理酒<br>塩<br>コショウ<br>オイスターソース<br>醤油<br>みりん風調味料<br>上白糖 | 鶏肉<br><br><br><br><br><br><br><br><br><br>大豆・小麦<br>大豆・小麦 |
| 白身魚のフリッター | 白身魚のフリッター<br>サラダ油<br>レタス                                                                                                     | 大豆・小麦・乳                                                  |
| 大根サラダ     | 大根<br>きゅうり<br>ロースハム スライス<br>ドレッシング                                                                                           | 豚肉・卵・乳・大豆<br>※                                           |
| コーンスープ    | スイートコーン<br>たまねぎ<br>コンソメ粉<br>味塩コショウ                                                                                           | 牛肉・大豆                                                    |
| クレープ      | ☆フレンズクレープ(チョコ)                                                                                                               | 大豆                                                       |

| 夕食      |                                           |                             |
|---------|-------------------------------------------|-----------------------------|
| メニュー    | 材料                                        | アレルゲン                       |
| わかめご飯   | 精白米<br>うるち米<br>わかめご飯の素                    |                             |
| チキンカツ   | チキンカツ<br>サラダ油<br>キャベツ<br>ミニトマト<br>とんかつソース | 鶏肉・小麦・大豆<br><br><br>大豆・りんご  |
| マカロニサラダ | マカロニ(乾)<br>きゅうり<br>ロースハム<br>マネヨーズ         | 小麦<br><br>豚肉・大豆・乳・卵<br>卵・大豆 |
| なすのみそ炒め | 揚げなすの乱切り<br>だし入り味噌<br>上白糖<br>炒りごま         | 大豆<br><br>ごま                |
| さつま汁    | 大根<br>にんじん<br>長ねぎ<br>さつまいも<br>だし入りみそ      | 大豆                          |
|         |                                           |                             |

※ドレッシング(ボトルタイプ) アレルゲン

フレンチドレッシング 卵・大豆

ごまドレッシング      ごま・大豆・小麦・りんご

和風ドレッシング 大豆・小麦

おろし醤油ドレッシング 大豆・小麦