



2026年10月・11月・12月メニュー

8大アレルゲン表

国立能登青少年交流の家 グリルのと

No.1



10月提供日		1・7・13・19・25・31								2・8・14・20・26								3・9・15・21・27								8大アレルゲン							
11月提供日		6・12・18・24・30								1・7・13・19・25								2・8・14・20・26								8大アレルゲン							
12月提供日		6・12・18・24・30								小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	2・8・14・20・26								小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ
朝食	主食	ご飯								ご飯								ご飯															
	主食	食パン	●		●					食パン	●		●					食パン	●		●												
	汁物	味噌汁								味噌汁								味噌汁															
	おかず	ミートボール	●	●	●					ボイルウィンナー			●					ジャーマンポテト															
	おかず	スクランブルエッグ	●	●	●					スクランブルエッグ	●	●	●					オムレツ	●	●	●												
	おかず	ひじき煮	●							卵の花	●							切干大根	●														
	おかず	スパゲティサラダ	●	●						ポテトサラダ	●	●	●					スパゲティサラダ	●	●													
	サラダ	コールスロー								コールスロー								コールスロー															
	フルーツ	グレープフルーツ								グレープフルーツ								グレープフルーツ															
	漬物	漬物	●							漬物	●							漬物	●														
その他	ふりかけ（28品目不使用）								ふりかけ（28品目不使用）								ふりかけ（28品目不使用）																
	いちごジャム								いちごジャム								いちごジャム																
	バター			●					バター			●					バター			●													
飲み物	低脂肪牛乳			●					低脂肪牛乳			●					低脂肪牛乳			●													
	フリードリンク			●					フリードリンク			●					フリードリンク			●													
昼食	主食	たぬきご飯	●							ツナの混ぜごはん								菜飯															
	麺類	ミートソースパスタ	●		●					野菜とビーフンの中華炒め								チャプチェ	●														
	汁物	青菜のすまし汁								わかめスープ								青菜のすまし汁															
	おかず	メンチカツ	●		●					コーンフライ	●							白身魚フライ	●														
	おかず	鶏肉とポテトのバジル風味								ミートボールトマトソース	●	●	●					蒸し焼売	●		●												
	おかず	こんにゃくの甘辛炒め								納豆	●							野菜のオランダ煮	●														
	サラダ	枝豆								春雨サラダしそ風味	●							オクラ															
	サラダ	コールスロー								コールスロー								コールスロー															
	サラダ	コーン								コーン								コーン															
	デザート	杏仁フルーツ			●					黒糖ゼリー								杏仁フルーツ			●												
漬物	漬物	●							漬物	●							漬物	●															
飲み物	低脂肪牛乳			●					低脂肪牛乳			●					低脂肪牛乳			●													
	フリードリンク			●					フリードリンク			●					フリードリンク			●													
夕食	主食	ご飯								ご飯								ご飯															
	麺類	ソース焼きそば	●							スパゲティナポリタン	●							和風ツナスパゲティ	●														
	汁物	味噌汁								味噌汁								味噌汁															
	おかず	デミグラスソースハンバーグ	●		●					甘酢肉団子	●	●	●					厚焼き玉子	●	●													
	おかず	ハムポテトサラダフライ	●	●	●					かぼちゃコロッケ	●		●					ささみしそ巻きフライ	●														
	おかず	さつま芋のレモン煮								高野豆腐と野菜の煮物	●							塩肉じゃが	●														
	おかず	パンプキンサラダ	●	●	●					マカロニサラダ	●	●						パンプキンサラダ	●	●	●												
	サラダ	海藻サラダ								ビーンズミックス								海藻サラダ															
	サラダ	コールスロー								コールスロー								コールスロー															
	漬物	漬物	●							漬物	●							漬物	●														
その他	ゆかり								ゆかり								ゆかり																
デザート	★プリン			●					★ヨーグルト			●					★ゼリー（ぶどう&りんご）																
飲み物	低脂肪牛乳			●					低脂肪牛乳			●					低脂肪牛乳			●													
	フリードリンク			●					フリードリンク			●					フリードリンク			●													
ドレッシング	フレンチ 白		●						青じそ	●							ケチャップ																
	フレンチ 赤		●						醤油	●							ソース																

仕入れの都合により、一部変更になる場合がございます。ご了承ください。



2026年10月・11月・12月メニュー

8大アレルゲン表

国立能登青少年交流の家 グリルのと

No.2



10月提供日		4・10・16・22・28								5・11・17・23・29								6・12・18・24・30							
11月提供日		3・9・15・21・27								4・10・16・22・28								5・11・17・23・29							
12月提供日		3・9・15・21・27								4・10・16・22・28								5・11・17・23・29							
		8大アレルゲン								8大アレルゲン								8大アレルゲン							
		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ
朝食	主食	ご飯								ご飯								ご飯							
	主食	食パン	●	●						食パン	●	●						食パン	●	●					
	汁物	味噌汁								味噌汁								味噌汁							
	おかず	ミートボール	●	●	●					ポイルウインナー	●	●	●					白身魚フライ	●		●				
	おかず	スクランブルエッグ	●	●	●					スクランブルエッグ	●	●	●					オムレツ	●	●	●				
	おかず	納豆	●							きんぴら								納豆	●						
	おかず	ポテトサラダ	●	●	●					スパゲティサラダ	●	●						ポテトサラダ	●	●	●				
	サラダ	コールスロー								コールスロー								コールスロー							
	フルーツ	グレープフルーツ								グレープフルーツ								グレープフルーツ							
	漬物	漬物	●							漬物	●							漬物	●						
昼食	その他	ふりかけ（28品目不使用）								ふりかけ（28品目不使用）								ふりかけ（28品目不使用）							
		いちごジャム								いちごジャム								いちごジャム							
		バター			●					バター		●						バター		●					
	飲み物	低脂肪牛乳			●					低脂肪牛乳		●						低脂肪牛乳		●					
		フリードリンク			●					フリードリンク		●						フリードリンク		●					
	主食	ベジタブルピラフ	●							ひじきご飯	●							ごはん ふりかけ（28品目不使用）	●						
	麺類	ガーリックパスタ	●							焼きうどん	●							和風ツナスパゲティ	●						
	汁物	わかめスープ								青菜のすまし汁	●							わかめスープ	●						
	おかず	メンチカツ	●		●					コロッケ	●							れんこん肉詰めフライ	●						
	おかず	和風マーボー茄子	●							ミートボールデミグラスソース	●	●	●					蒸し焼売	●		●				
夕食	おかず	かぼちゃの煮物	●							卵の花	●							大根のそぼろあん	●						
	おかず	春雨サラダしそ風味	●							花野菜	●							春雨サラダしそ風味	●						
	サラダ	コールスロー								コールスロー								コールスロー							
	サラダ	コーン								コーン								コーン							
	デザート	台湾.レモンゼリー	●							杏仁フルーツ			●					台湾.レモンゼリー	●						
	漬物	漬物	●							漬物	●							漬物	●						
	飲み物	低脂肪牛乳			●					低脂肪牛乳		●						低脂肪牛乳		●					
		フリードリンク			●					フリードリンク		●						フリードリンク		●					
	主食	ご飯								ご飯								ご飯							
	麺類	野菜とビーフンのカレー風味炒め								ミートソースパスタ	●		●					チャプチェ	●						
デザート	汁物	味噌汁								味噌汁								味噌汁							
	おかず	照焼きハンバーグ	●		●					甘酢肉団子	●	●	●					厚焼き玉子	●	●					
	おかず	チキンカツ	●	●	●					アジフライ	●							ハムカツ	●	●	●				
	おかず	さつま芋のレモン煮								白菜のうま煮	●							野菜のオランダ煮	●						
	おかず	マカロニサラダ	●	●						パンプキンサラダ	●	●	●					マカロニサラダ	●	●					
	サラダ	ビーンズミックス								海藻サラダ								ビーンズミックス							
	サラダ	コールスロー								コールスロー								コールスロー							
	漬物	漬物	●							漬物	●							漬物	●						
	その他	ゆかり								ゆかり								ゆかり							
	デザート	★プリン			●					★ヨーグルト			●					★ゼリー（ぶどう&りんご）							
ドリンク	飲み物	低脂肪牛乳			●					低脂肪牛乳		●						低脂肪牛乳		●					
		フリードリンク			●					フリードリンク		●						フリードリンク		●					
ドレッシング		フレンチ 白		●						青じそ	●							ケチャップ							
		フレンチ 赤		●						醤油	●							ソース							

仕入れの都合により、一部変更になる場合がございます。ご了承ください。

ドリンクバー

8大アレルゲン表

小麦	卵	乳	そば	落花生 (ピーナッツ)	えび	かに	くるみ
----	---	---	----	----------------	----	----	-----

[illegible]

コカ・コーラ製品	コーヒーオリジナルブレンド	なし	なし	なし	なし	なし	なし	なし	なし	(温)
	紅茶花伝レモンティ	なし	なし	なし	なし	なし	なし	なし	なし	(温)
	ココアカカオリッチカロリーオ	なし	なし	●有	なし	なし	なし	なし	なし	(温)

牛乳	低脂肪乳(Ca+鉄)又は北海道特選3.6牛乳	なし	なし	●有	なし	なし	なし	なし	なし	(冷)
----	------------------------	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

[illegible]