



2026年1月・2月・3月メニュー

8大アレルギー表

国立能登青少年交流の家 グリルのと

No.1



1月提供日			8大アレルギー								8大アレルギー								8大アレルギー							
2月提供日			8大アレルギー								8大アレルギー								8大アレルギー							
3月提供日			8大アレルギー								8大アレルギー								8大アレルギー							
1・7・13・19・25・31			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
6・12・18・24・30			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
1・7・13・19・25・31			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	パン	●		●						パン	●		●					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	●								きんぴら								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	納豆	●								納豆	●							納豆	●						
昼食	主食	たぬきご飯	●								ひじきご飯	●							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								チャブチェ	●						
	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	和風マーボー茄子	●								ミートボールトマトソース	●	●	●					蒸し焼売	●						
	おかず	かぼちゃの煮物									卵の花	●							野菜のオランダ煮	●						
	サラダ	ミックスビーンズ									花野菜								スナッフエンドウ	●						
	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			●				
夕食	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	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	●	●	●						栗かぼちゃコロッケ	●	●	●					アジフライ	●						
	おかず	さつま芋の甘露煮	●								白菜のうま煮	●							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	●	●	●				
デザート	サラダ	海藻サラダ									海藻サラダ								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			●						★プチクレープ（イチゴ）	●	●	●					★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1月・2月・3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



1月提供日		4・10・16・22・28		8大アレルゲン							5・11・17・23・29							6・12・18・24・30							8大アレルゲン																		
2月提供日		3・9・15・21・27									4・10・16・22・28							5・11・17・23・29																									
3月提供日		4・10・16・22・28		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	5・11・17・23・29							小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	6・12・18・24・30							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	パン										パン							●										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									●								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	ひじき煮		●								きんぴら																	切干大根							●							
	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	主食	たぬきご飯		●								ひじきご飯							●									菜飯							●								
	麺類	スパゲティナポリタン		●								ソース焼きうどん							●									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		●		●						コロケ							●									レンコン肉詰めフライ							●								
	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							●								
	おかず	かぼちゃの煮物										卵の花							●									野菜のオランダ煮							●								
	おかず	ミックスビーンズ										花野菜																ごぼうのイタリアンサラダ															
	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	黒糖ゼリー										杏仁フルーツ									●							黒糖ゼリー															
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									●							
夕食	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							●		●						味噌チャブチェ							●									
	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		●	●	●						サバカレーカツ							●									アジフライ							●								
	おかず	さつま芋の甘露煮		●								野菜とチキンの中華煮																大根のそぼろあん							●								
	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	海藻サラダ										海藻サラダ																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				●						★ブチクレープ（イチゴ）							●	●	●							★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。

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
----	---	---	----	----------------	----	----	-----

* コカ・コーラ製品

[illegible]

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	(温かい)
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	(温かい)
ココアカカオリッチカロリーオフ	なし	なし	●有	なし	なし	なし	なし	なし	(温かい)

牛乳はピッチャーで提供

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	(冷たい)
------------------------	----	----	----	----	----	----	----	----	-------

給茶機

[illegible]