



2025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		8大アレルゲン						2・8・14・20・26		8大アレルゲン						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											
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	1・7・13・19・25・31	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	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	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	●							
	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	●									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	●									ピーマン肉詰めフライ	●						
	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										スナップエンドウ							
	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			●				
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	●	●	●							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	●	●	●				
	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			●							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。



10月提供日		4・10・16・22・28	8大アレルゲン							5・11・17・23・29	8大アレルゲン							6・12・18・24・30	8大アレルゲン									
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	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	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
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			●						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	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	納豆	●								納豆	●								納豆	●							
		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	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	●								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								
	おかず	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			●					
	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	●	●	●						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									大根と牛すじの煮物	●							
	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			●						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
----	---	---	----	----------------	----	----	-----

* 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]