



2023年10月・11月メニュー

7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		6・12・18・24・30	7大アレルゲン							1・7・13・19・25・31	7大アレルゲン							2・8・14・20・26	7大アレルゲン						
11月提供日		5・11・17・23・29	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	6・12・18・24・30	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	1・7・13・19・25	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
朝食	主食1	ご飯								ご飯								ご飯							
	主食2	パン	●		●					パン	●		●					パン	●		●				
	汁物	味噌汁								味噌汁								味噌汁							
	おかず	鮭フレーク								ミートボール	●	●	●					鮭フレーク							
	おかず	スクランブルエッグ	●	●	●					ミックススクランブルエッグ	●	●	●					オムレツ	●	●	●				
	おかず	ひじきの煮物	●							きんぴらごぼう	●							切干大根の煮物	●						
	おかず	ポテトサラダ	●	●	●					マカロニサラダ	●	●	●					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	フルーツ								フルーツ								フルーツ							
	漬物	漬物（2種）	●							漬物（2種）	●							漬物（2種）	●						
昼食	その他	納豆	●							納豆	●							納豆	●						
		ふりかけ	●		●					ふりかけ	●		●					ふりかけ	●		●				
		いちごジャム								いちごジャム								いちごジャム							
		マーガリン			●					マーガリン			●					マーガリン			●				
	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	ひじきわかめご飯	●							ゆかりご飯						●		菜飯							
	麺類	きのこスパゲティ	●							焼きそば	●	●						焼きビーフン	●						
	汁物	お吸い物	●							わかめスープ						●		お吸い物	●						
	おかず	コロッケ	●	●	●					メンチカツ	●		●					アジフライ	●						
夕食	おかず	水餃子	●	●						豚肉と青菜の塩炒め	●							焼売	●		●				
	おかず	じゃが芋のそぼろ煮	●							なすのオランダ煮	●							カボチャの煮物	●						
	おかず	春雨サラダ								ごぼうサラダ	●	●	●					春雨サラダ							
	サラダ1	コールスロー								コールスロー								コールスロー							
	サラダ2	日替わり野菜								日替わり野菜								日替わり野菜							
	デザート	★フチシュー（カスタード&チョコ）	●	●	●					杏仁フルーツ			●					パイン&みかん缶							
	漬物	漬物（2種）	●							漬物（2種）	●							漬物（2種）	●						
	その他	ふりかけ	●		●					ふりかけ	●		●					ふりかけ	●		●				
	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	ペンネカレーソース	●		●					スパゲティナポリタン	●	●	●					ペンネミートソース	●		●				
	汁物	味噌汁								味噌汁								味噌汁							
	おかず	ハンバーグ（デミグラスソース）	●		●					ウインナー			●					豚肉の生姜焼き	●						
	おかず	イカカツ	●							ささみのしそ巻きフライ	●							チキンソースカツ	●	●	●				
	おかず	さつま芋のレモン煮								肉じゃが	●							高野豆腐の煮物	●						
	おかず	カボチャサラダ	●	●	●					スパゲティサラダ	●	●	●					カボチャサラダ	●	●	●				
	おかず	いんげんのおかか和え	●							きんぴられんこん	●							大根とゆず皮の甘酢和え							
	サラダ1	コールスロー								コールスロー								コールスロー							
	サラダ2	日替わり野菜								日替わり野菜								日替わり野菜							
夕食	漬物	漬物（2種）	●							漬物（2種）	●							漬物（2種）	●						
	その他	ふりかけ	●		●					ふりかけ	●		●					ふりかけ	●		●				
	デザート	★ゼリー								★プリン		●	●					★ヨーグルト			●				
	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			●				
	ドリンク	フレンチ 白		●						青じそ	●							ケチャップ							
		フレンチ 赤		●																					

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。



2023年10月・11月メニュー

7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		3・9・15・21・27		7大アレルゲン							4・10・16・22・28		7大アレルゲン							5・11・17・23・29		7大アレルゲン															
11月提供日		2・8・14・20・26		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	3・9・15・21・27		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	4・10・16・22・28		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	5・11・17・23・29		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
朝食	主食1	ご飯									ご飯										ご飯																
	主食2	パン		●		●					パン		●		●						パン		●		●												
	汁物	味噌汁									味噌汁										味噌汁																
	おかず	ツナポテト		●		●					鮭フレーク				●						肉団子の照焼き		●		●												
	おかず	スクランブルエッグ		●	●	●					ミックススクランブルエッグ		●	●	●						オムレツ		●	●	●												
	おかず	ひじきの煮物		●							きんぴらごぼう		●								切干大根の煮物		●														
	おかず	マカロニサラダ		●	●	●					ポテトサラダ		●	●	●						マカロニサラダ		●	●	●												
	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	フルーツ									フルーツ										フルーツ																
	漬物	漬物（2種）		●							漬物（2種）		●								漬物（2種）		●														
昼食	主食	五目まぜご飯		●							高菜ご飯		●								菜飯																
	麺類	ツナ入りスパゲティ		●							ミートソーススパゲティ		●		●						マカロニのパペロンチーノ		●	●	●												
	汁物	オニオンスープ		●		●					お吸い物		●		●						ミネストローネ		●		●												
	おかず	コロッケ		●	●	●					メンチカツ		●		●						アジフライ		●														
	おかず	肉団子ケチャップ煮		●	●	●					回鍋肉		●								焼売		●		●												
	おかず	コーンソテー		●		●					なすのオランダ煮		●								カボチャの煮物		●														
	おかず	ごぼうサラダ		●	●	●					春雨サラダ										ごぼうサラダ		●	●	●												
	サラダ1	コールスロー									コールスロー										コールスロー																
	サラダ2	日替わり野菜									日替わり野菜										日替わり野菜																
	デザート	★フチシュー（カスタード&チョコ）		●	●	●					杏仁フルーツ				●						パイン&みかん缶																
夕食	漬物	漬物（2種）		●							漬物（2種）		●								漬物（2種）		●														
	その他	ふりかけ		●		●					ふりかけ		●		●						ふりかけ		●		●												
	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	焼きうどん		●							トマトソーススパゲティ		●		●						焼きそば		●	●										●			
	汁物	味噌汁									味噌汁										味噌汁																
	おかず	ハンバーグ（ジンジャーソース）		●		●					ウインナー				●						麻婆茄子		●														
	おかず	カボチャ挽肉フライ		●	●	●					ささみのしそ巻きフライ		●								ひとくちとんかつ		●	●	●												
	おかず	さつま芋のレモン煮									肉じゃが		●								フライドポテト		●														
デザート	★ゼリー									★プリン			●	●						★ヨーグルト				●													
ドレッシング		フレンチ 白			●						青じそ		●								ケチャップ																
		フレンチ 赤			●																																

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。