

信太山青少年野外活動センター 2018年秋冬メニュー(月・木曜日)

	食材名	アレルゲン							
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他	
夕食 (照り焼きチキン)	照り焼きチキン	とりにく							鶏肉
		しお							
		こしょう							
		キャノーラ油							
		たまねぎ							
		濃口しょうゆ			○			○	
		みりん風							
		りょうり酒							
		かたくり粉							
		添え	きやべつ						
コロッケ	コーンコロッケ		○	○			○	牛肉・豚肉	
	キャノーラ油								
竹輪カレー風味揚げ	ちくわ						○	豚肉	
	こむぎ粉			○					
	カレー粉								
南瓜サラダ	キャノーラ油								
	かぼちゃ								
	ブロッコリー								
	マヨネーズ	○					○		
	しお								
スパ和え	こしょう								
	スパゲティ			○					
	青しそドレッシング			○			○	鶏肉	
	しお								
ひじき煮	こしょう								
	ひじき								
	にんじん								
	あぶらあげ						○		
	キャノーラ油								
	かつおだし顆粒								
	さとう								
	りょうり酒								
濃口しょうゆ			○			○			
ご飯	米								
味噌汁	とうふ						○		
	青ねぎ								
	かつおだし顆粒								
	だし入りみそ						○		
デザート	みかん缶								
フライドポテト	フレンチポテト								
	キャノーラ油								
	しお								
ふりかけ・漬物	かつおふりかけ		○	○			○	ごま	
	桜漬			○			○		
	梅干								
	ごま昆布佃煮			○			○	ごま	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2018年秋冬メニュー(火・土曜日)

	食材名	アレルゲン						
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他
煮込み ハンバーグ	焼ハンバーグ			○			○	豚肉・鶏肉
	キャノーラ油							
	ビーフシチューの素		○	○			○	豚肉・鶏肉
	ケチャップ							
	ブイヨン							
添え	きやべつ							
鶏の唐揚げ	とりにく							鶏肉
	しお							
	こしょう							
	濃口しょうゆ			○			○	
	りょうり酒							
	しょうが							
	にんにく							
	かたくり粉							
	キャノーラ油							
	ツナピーマン	ピーマン						
たまねぎ								
にんじん								
ツナ缶							○	
しお								
こしょう								
とりがらスープ								鶏肉
ごま油							○	ごま
スパゲティー		スパゲティ			○			
	キャノーラ油							
	パセリ							
	しお							
	こしょう							
ナムル	もやし							
	にんじん							
	きゅうり							
	さとう							
	濃口しょうゆ			○			○	
	ごま油						○	ごま
ご飯	米							
味噌汁	とうふ						○	
	青ねぎ							
	かつおだし顆粒							
	だし入りみそ						○	
デザート	みかん缶							
フライドポテト	フレンチポテト							
	キャノーラ油							
	しお							
ふりかけ・漬物	かつおふりかけ		○	○			○	ごま
	桜漬			○			○	
	梅干							
	ごま昆布佃煮			○			○	ごま

夕食（煮込みハンバーグ&から揚げ）

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2018年秋冬メニュー(水・日曜日)

	食材名	アレルゲン						
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他
ポークチャップ	ぶたにく							豚肉
	しお							
	こしょう							
	キャノーラ油							
	ケチャップ							
	ウスターソース						○	りんご
	濃口しょうゆ			○			○	
	りょうり酒							
添え	きゃべつ							
コロツケ	ミートコロツケ	○	○	○			○	鶏肉
	キャノーラ油							
竹輪天ぷら	ちくわ						○	豚肉
	こむぎ粉			○				
	キャノーラ油							
ポイル野菜 &ポテト	にんじん							
	とりがらスープ							鶏肉
	いんげん							
	フレンチポテト							
スパソテー	キャノーラ油							
	スパゲティ			○				
	カレー粉							
	しお							
	こしょう							
ひじき煮	ひじき							
	にんじん							
	あぶらあげ						○	
	キャノーラ油							
	かつおだし顆粒							
	さとう							
	りょうり酒							
濃口しょうゆ			○			○		
ご飯	米							
味噌汁	とうふ						○	
	青ねぎ							
	かつおだし顆粒							
	だし入りみそ						○	
デザート	みかん缶							
フライドポテト	フレンチポテト							
	キャノーラ油							
	しお							
ふりかけ・漬物	かつおふりかけ		○	○			○	ごま
	桜漬			○			○	
	梅干							
	ごま昆布佃煮			○			○	ごま

夕食 (ポークチャップ)

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2018年秋冬メニュー(金曜日)

	食材名	アレルギー						
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他
豚肉の 生姜焼き	ぶたにく							豚肉
	たまねぎ							
	りょうり酒							
	しお							
	こしょう							
	キャノーラ油							
	しょうが							
	濃口しょうゆ			○			○	
	みりん風							
	かたくり粉							
春巻	春巻			○			○	鶏肉・ごま
	キャノーラ油							
竹輪磯香揚げ	ちくわ						○	豚肉
	こむぎ粉			○				
	青のり							
	キャノーラ油							
添え	きゃべつ							
にんじん しりしり	にんじん							
	豆苗						○	
	あぶらあげ						○	
	かつおだし顆粒							
	ごま油						○	ごま
	キャノーラ油							
スパゲティー	スパゲティ			○				
	キャノーラ油							
	カレー粉							
	しお							
	こしょう							
ナスの揚げ浸し	なす						○	
	キャノーラ油							
	かつおだし顆粒							
	濃口しょうゆ			○			○	
	みりん風							
ご飯	米							
味噌汁	とうふ						○	
	青ねぎ							
	かつおだし顆粒							
	だし入りみそ						○	
デザート	みかん缶							
フライドポテト	フレンチポテト							
	キャノーラ油							
	しお							
ふりかけ・漬物	かつおふりかけ		○	○			○	ごま
	桜漬			○			○	
	梅干							
	ごま昆布佃煮			○			○	ごま

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルギー表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2018年秋冬メニュー(予備日)

	食材名	アレルゲン							
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他	
夕食 (ロース豚カツ)	ロース豚カツ	ローストンカツ			○			○	豚肉
		キャノーラ油							
	添え	きゃべつ							
	竹輪天ぷら	ちくわ						○	豚肉
		こむぎ粉			○				
		キャノーラ油							
	ポイル野菜 &素揚げ	にんじん							
		ブロッコリー							
		フレンチポテト							
		キャノーラ油							
	スパソテー	スパゲティ			○				
		キャノーラ油							
		ケチャップ							
		しお							
		こしょう							
	こんにゃく キンピラ	こんにゃく							
		ミックスピーマン							
		キャノーラ油							
		かつおだし顆粒							
		さとう							
		濃口しょうゆ			○			○	
		みりん風							
	ご飯	米							
	味噌汁	とうふ						○	
		青ねぎ							
		かつおだし顆粒							
だし入りみそ							○		
デザート	みかん缶								
フライドポテト	フレンチポテト								
	キャノーラ油								
	しお								
ふりかけ・漬物	かつおふりかけ		○	○			○	ごま	
	桜漬			○			○		
	梅干								
	ごま昆布佃煮			○			○	ごま	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2018年秋冬メニュー(月・木曜日)

	食材名	アレルゲン							
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他	
朝食 (サバの塩焼き)	サバの塩焼	さば							さば
		しお							
		キャノーラ油							
	ウインナー	ウインナー	○	○	○			○	鶏肉・豚肉
	コロッケ	コーンコロッケ		○	○			○	牛肉・豚肉
		キャノーラ油							
	南瓜の煮つけ	かぼちゃ							
		かつおだし顆粒							
		さとう							
		りょうり酒							
		濃口しょうゆ			○			○	
	キンピラ	ごぼう							
		にんじん							
		キャノーラ油							
		かつおだし顆粒							
		さとう							
		濃口しょうゆ			○			○	
		みりん風							
	おひたし	こまつな							
		にんじん							
さとう									
濃口しょうゆ				○			○		
味噌汁	ふ			○					
	青ねぎ								
	わかめ								
	かつおだし顆粒								
	だし入りみそ						○		
ご飯	米								
デザート	パイン缶								
ふりかけ・漬物	かつおふりかけ		○	○			○	ごま	
	桜漬			○			○		
	梅干								
	ごま昆布佃煮			○			○	ごま	
ジュース	オレンジジュース							オレンジ	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2018年秋冬メニュー(火・金曜日)

	食材名	アレルゲン							
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他	
朝食 (豆腐入りつくね)	豆腐入りつくね	豆腐つくね						○	鶏肉・豚肉
		濃口しょうゆ			○			○	
		みりん風							
		さとう							
		かたくり粉							
	ポイルやさい	にんじん							
		とりがらスープ							鶏肉
		いんげん							
	ホタテ風味フライ	ホタテ風味フライ	○		○			○	かに
		キャノーラ油							
	おひたし	こまつな							
		さとう							
		濃口しょうゆ			○			○	
	キンピラ	ごぼう							
		にんじん							
		キャノーラ油							
		かつおだし顆粒							
		さとう							
		濃口しょうゆ			○			○	
		みりん風							
味噌汁	ふ			○					
	青ねぎ								
	わかめ								
	かつおだし顆粒								
	だし入りみそ						○		
ご飯	米								
デザート	パイン缶								
ふりかけ・漬物	かつおふりかけ		○	○			○	ごま	
	桜漬			○			○		
	梅干								
	ごま昆布佃煮			○			○	ごま	
ジュース	オレンジジュース							オレンジ	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2018年秋冬メニュー(水・日曜日)

	食材名	アレルゲン							
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他	
朝食 (コロッケ&ウインナー)	コロッケ	コーンコロッケ		○	○			○	牛肉・豚肉
		キャノーラ油							
	ウインナー	ポークウインナー							豚肉
		ケチャップ							
	添え	きゃべつ							
	ソテー	ほうれん草							
		コーン							
		にんじん							
		キャノーラ油							
		しお							
		こしょう							
	スパソテー	スパゲティ			○				
		キャノーラ油							
		ケチャップ							
		しお							
		こしょう							
	味噌汁	ふ			○				
		青ねぎ							
		わかめ							
		かつおだし顆粒							
だし入りみそ							○		
ご飯	米								
デザート	パイ缶								
ふりかけ・漬物	かつおふりかけ		○	○			○	ごま	
	桜漬			○			○		
	梅干								
	ごま昆布佃煮			○			○	ごま	
ジュース	オレンジジュース							オレンジ	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2018年秋冬メニュー(土曜日)

	食材名	アレルゲン								
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他		
朝食 (肉団子と野菜の中華あんかけ)	肉団子と野菜の	ミートボール	○	○	○			○	鶏肉・ごま	
	中華あんかけ	たまねぎ								
		たけのこ								
		にんじん								
		ピーマン								
		きくらげ								
		とりがらスープ								鶏肉
		濃口しょうゆ			○				○	
		りょうり酒								
		オイスターソース			○				○	
		しお								
		こしょう								
		ごま油							○	ごま
		かたくり粉								
		ウインナー	ポークウインナー							
おひたし	こまつな									
	にんじん									
	さとう									
	濃口しょうゆ			○				○		
こんにゃく キンピラ	こんにゃく									
	ミックスピーマン									
	キャノーラ油									
	かつおだし顆粒									
	さとう									
	みりん風									
	濃口しょうゆ			○				○		
味噌汁	ふ			○						
	青ねぎ									
	わかめ									
	かつおだし顆粒									
	だし入りみそ							○		
ご飯	米									
デザート	パイン缶									
ふりかけ・漬物	かつおふりかけ		○	○				○	ごま	
	桜漬			○				○		
	梅干									
	ごま昆布佃煮			○				○	ごま	
ジュース	オレンジジュース								オレンジ	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2018年秋冬メニュー(予備日)

	食材名	アレルゲン							
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他	
朝食 (鮭の塩焼き)	鮭の塩焼	さけ							さけ
		しお							
		キャノーラ油							
	ウインナー	ウインナー	○	○	○			○	鶏肉・豚肉
	コロッケ	ミートコロッケ	○	○	○			○	鶏肉
		キャノーラ油							
	南瓜の煮つけ	かぼちゃ							
		かつおだし顆粒							
		さとう							
		りょうり酒							
		濃口しょうゆ			○			○	
	キンピラ	ごぼう							
		にんじん							
		キャノーラ油							
		かつおだし顆粒							
		さとう							
		濃口しょうゆ			○			○	
		みりん風							
	おひたし	こまつな							
		にんじん							
		さとう							
		濃口しょうゆ			○			○	
	味噌汁	ふ			○				
青ねぎ									
わかめ									
かつおだし顆粒									
だし入りみそ							○		
ご飯	米								
デザート	パイン缶								
ふりかけ・漬物	かつおふりかけ		○	○			○	ごま	
	桜漬			○			○		
	梅干								
	ごま昆布佃煮			○			○	ごま	
ジュース	オレンジジュース							オレンジ	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2018年秋冬メニュー(月・木曜日)

昼食 (牛丼 & ハイカラうどん)	アレルギー							
	食材名	卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他
牛丼	米							
	ぎゅうにく							牛肉
	たまねぎ							
	にんじん							
	かつおだし顆粒							
	さとう							
	りょうり酒							
	濃口しょうゆ			○			○	
	紅ショウガ							
ハイカラうどん	うどん			○				
	うどんだし			○			○	さば
	天かす			○			○	
	わかめ							
	花ふ			○				
デザート	ミニゼリー							りんご・オレンジ

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルギー表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2018年秋冬メニュー(火・金曜日)

昼食 (スタミナ豚丼 & きざみうどん デザート)	食材名	アレルギー						
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他
スタミナ豚丼	米							
	ぶたにく							豚肉
	きゃべつ							
	たまねぎ							
	にんじん							
	にら							
	キャノーラ油							
	焼き肉のたれ			○			○	ごま・りんご
きざみうどん	うどん			○				
	うどんだし			○			○	さば
	あぶらあげ						○	
	青ねぎ							
	花ふ			○				
デザート	ミニゼリー							りんご・オレンジ

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルギー表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2018年秋冬メニュー(水・日曜日)

		アレルゲン							
		食材名	卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他
昼食 (辛くない 麻婆丼 &わかめうどん)	辛くない 麻婆丼	米							
		とうふ						○	
		しょうが							
		にんにく							
		ごま油						○	ごま
		とりミンチ							鶏肉
		きくらげ							
		たまねぎ							
		にんじん							
		キャノーラ油							
		みそ						○	
		濃口しょうゆ			○			○	
		りょうり酒							
		とりがらスープ							鶏肉
		かたくり粉							
	グリーンピース								
	わかめうどん	うどん			○				
		うどんだし			○			○	さば
		わかめ							
		青ねぎ							
花ふ				○					
デザート	ミニゼリー							りんご・オレンジ	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2018年秋冬メニュー(土曜日)

		アレルゲン							
		食材名	卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他
昼食 (鶏ちゃん丼 &きつねうどん)	鶏ちゃん丼	米							
		とりにく							豚肉
		でんがくみそ						○	
		りょうり酒							
		にんにく							
		キャノーラ油							
		きやべつ							
		たまねぎ							
		にんじん							
		ミックスピーマン							
		しお							
		キャノーラ油							
		きつねうどん	うどん			○			
	うどんだし				○			○	さば
	味付けいなりあげ				○			○	
青ねぎ									
花ふ				○					
デザート	ミニゼリー							りんご・オレンジ	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2018年秋冬メニュー(予備日)

		アレルゲン							
		食材名	卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他
昼食(皿うどん)	皿うどん	皿うどん			○			○	
		ぶたにく							豚肉
		はくさい							
		にんじん							
		きくらげ							
		たけのこ							
		ナルト巻	○						
		キャノーラ油							
		とりがらスープ							鶏肉
		さとう							
		淡口しょうゆ			○			○	
		りょうり酒							
		しお							
		こしょう							
		ごま油						○	ごま
	かたくり粉								
	ごはん	米							
	スープ	たまねぎ							
		わかめ							
		とりがらスープ							鶏肉
しお									
	こしょう								
デザート	ミニゼリー							りんご・オレンジ	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある20品目のみとなっております