

信太山青少年野外活動センター 2019年春夏メニュー(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	きゃべつ							
		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									
	キャノーラ油									
南瓜サラダ	かぼちゃ									
	ブロッコリー									
	マヨネーズ	○					○			
	しお									
	こしょう									
スパ和え	スパゲティ			○						
	青しそドレッシング			○			○	鶏肉		
	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			○			○			
フライドポテト	フレンチポテト									
	キャノーラ油									
	しお									
デザート	みかん缶									
味噌汁	とうふ						○			
	青ねぎ									
	かつおだし顆粒									
	だし入りみそ						○			
ご飯	米									
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 2019年春夏メニュー(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	
おろし ハンバーグ	焼ハンバーグ			○			○	豚肉・鶏肉	
	キャノーラ油								
	だいこん								
	さとう								
	濃口しょうゆ			○			○		
	りょうり酒								
	みりん風								
	しょうが								
	かつおだし顆粒								
	かたくり粉								
	添え	きゃべつ							
	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	
スパソテー	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	
フライドポテト	フレンチポテト								
	キャノーラ油								
	しお								
デザート	みかん缶								
味噌汁	とうふ						○		
	青ねぎ								
	かつおだし顆粒								
	だし入りみそ						○		
ご飯	米								
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（おろしハンバーグ&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 2019年春夏メニュー(水・日曜日)

	食材名	アレルギー						
		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						
コロッケ	コーンコロッケ		○	○			○	鶏肉・牛肉
	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	にんじん							
	とりがらスープ							鶏肉
	いんげん							
スパソテー	スパゲティ			○				
	キャノーラ油							
	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			○			○	
フライドポテト	フレンチポテト							
	キャノーラ油							
	しお							
デザート	みかん缶							
味噌汁	とうふ						○	
	青ねぎ							
	かつおだし顆粒							
	だし入りみそ						○	
ご飯	米							
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 2019年春夏メニュー(金曜日)

	食材名	アレルギー							その他	
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆			
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									
スパンテー	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									
フライドポテト	フレンチポテト									
	キャノーラ油									
	しお									
デザート	みかん缶									
味噌汁	とうふ						○			
	青ねぎ									
	かつおだし顆粒									
	だし入りみそ						○			
ご飯	米									
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（豚肉の生姜焼き）

※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 2019年春夏メニュー(予備日)

	食材名	アレルギー							
		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							
	スパゲティー	スパゲティ			○				
		キャノーラ油							
		ケチャップ							
		しお							
		こしょう							
	こんにやく キンピラ	こんにやく							
		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									
フライドポテト	フレンチポテト								
	キャノーラ油								
	しお								
デザート	みかん缶								
味噌汁	とうふ						○		
	青ねぎ								
	かつおだし顆粒								
	だし入りみそ						○		
ご飯	米								
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 2019年春夏メニュー(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
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
星型 ハッシュドポテト	星型ハッシュドポテト							
	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

朝食（サバの塩焼き）

※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 2019年春夏メニュー(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
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

朝食（豆腐入りつくね）

※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 2019年春夏メニュー(水・日曜日)

		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	コロッケ		○	○			○	鶏肉
		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 2019年春夏メニュー(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							豚肉
		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	ミニコロッケ		○	○			○	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 2019年春夏メニュー(月・木曜日)

昼食 (牛丼 & ハイカラうどん)	アレルゲン							
	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				○			○	
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

	食材名	アレルギー							その他
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆		
昼食 (旨ダレ豚丼 & きざみうどん)	旨だれ豚丼	米							
		ぶたにく							豚肉
		たまねぎ							
		にんじん							
		ピーマンミックス							
		濃口しょうゆ			○			○	
		みそ						○	
		りょうり酒							
		さとう							
		豆板醤						○	
		にんにく							
		しょうが							
		キャノーラ油							
		紅ショウガ							
		きざみうどん	うどん			○			
	うどんだし				○			○	
	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 2019年春夏メニュー(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			○			○	
		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 2019年春夏メニュー(土曜日)

昼食 (鶏ちゃん丼&きつねうどん)	アレルゲン								
	食材名	卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他	
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								
	きゃべつ								
	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			○			○	
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

		アレルギー							
		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