

1・2・3月アレルゲン表



国立乗鞍青少年交流の家



1月	10日・16日・22日・28日	特定原材料									特定原材料に準ずる品目																		
2月	3日・9日・15日・21日・27日																												
3月	5日・11日・17日・23日・29日																												
分類	NO.1	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カナッコツー	フキリウツイ	牛肉	こま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミア	もち	やまいも	りんご	ゼラチン
朝食	ミートボール	●	●	●																	●	●	●						
	オムレツ	●	●	●																	●								
	ひじき煮	●																			●								
	スパゲティサラダ	●	●																		●								
	ごぼうの味噌汁																				●								
	グレーブフルーツ																												
	キャベツの千切り(せんぎり)サラダ																												
	海藻ミックス																												
	ごはん																												
	たくあん																												
	赤小梅																												
	食パン	●		●																	●								
	ホットドックパン	●	●	●																	●								
昼食	いちごジャム																												
	牛乳																												
	コーヒー																												
	ドリンクサーバー																												
	カレー																												
	メンチカツ	●		●																●		●	●	●					
	ツナと野菜の炒め																				●								
	さつま揚げ煮	●																			●								
	パンフキンサラダ	●	●	●	●																●								
	白菜の味噌汁																				●								
	黒糖ゼリー																												
	キャベツの千切り(せんぎり)サラダ																												
夕食	枝豆																				●								
	ブロッコリーまたはカリフラワー																												
	ごはん																												
	さくら漬け																												
	福神漬け	●																			●								
	ドリンクサーバー																												
	菜めし																				●								
	ソース焼きうどん	●																			●								
	回鍋肉	●																			●								
	ハムカツ	●	●	●	●																●	●	●						
	塩肉じゃが																				●								
	豆のイタリアンサラダ																				●								
	大根の味噌汁																				●								
	ヨーグルト																												
	キャベツの千切り(せんぎり)サラダ																												
	ブロッコリーまたはカリフラワー																												
	ごはん																												
	つぼ漬け	●																			●								
	赤かぶ漬け	●																			●								
	納豆	●																			●								
	ドリンクサーバー																												
共通	青じそドレッシング	●																		●									
	フレンチドレッシング(赤)		●																	●									
	中濃ソース																												●

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルゲン表示をご確認ください。
 ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しております。メニューにアレルギーを受けがちではないと書かれていても、該メニューでは、該らゆる食材を取り扱っております。

1・2・3月アレルゲン表

国立乗鞍青少年交流の家



1月	5日・11日・17日・23日・29日	特定原材料									特定原材料に準ずる品目																		
2月	4日・10日・16日・22日・28日																												
3月	6日・12日・18日・24日・30日																												
分類	NO.2	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カナッコ	フルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカロニ&ダツミア	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
朝食	ボイルウィンナー			●													●						●						
	スクランブルエッグ	●	●	●															●	●									
	卵の花	●																	●	●									
	マカロニサラダ	●	●																●	●									
	玉葱の味噌汁																												
	オレンジ															●													
	キャベツの千切り(せんぎり)サラダ																												
	海藻ミックス																												
	ごはん																												
	たくあん																												
	赤小梅																												
	食パン	●		●																	●								
	ホットドックパン	●	●	●																●	●								
	いちごジャム																												
	牛乳					●																							
	コーヒー																												
	ドリンクサーバー																												
昼食	ハヤシライス	●																		●	●	●							
	揚げギョウザ	●																	●	●	●								
	豚肉入り野菜炒め																				●								
	かぼちゃの煮物																												
	ポテトサラダ	●	●	●																●									
	わかめの味噌汁																		●										
	杏仁フルーツ			●															●										
	キャベツの千切り(せんぎり)サラダ																												
	枝豆																		●										
	ブロッコリーまたはカリフラワー																			●									
	ごはん																			●									
夕食	さくら漬け																												
	福神漬け	●																		●									
	ドリンクサーバー																												
	ゆかりご飯																												
	塩焼きそば	●																		●									
	甘酢肉団子	●	●	●															●	●	●								
	一口とんかつ	●	●	●															●	●	●								
	キャベツのペペロンソテー																		●										
	花野菜キャロットソースサラダ																		●		●								
	ほうれん草の味噌汁																			●									
	パイン&みかん缶																			●									
共通	キャベツの千切り(せんぎり)サラダ																												
	プロッコリーまたはカリフラワー																												
	ごはん																												
	つぼ漬け	●																		●									
	赤かぶ漬け	●																		●									
	納豆	●																	●										
	ドリンクサーバー																												
	青じそドレッシング	●																		●									
アレルギー表示	フレンチドレッシング(赤)		●																	●									
	中濃ソース																												
	・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルゲン表示をご確認ください。																												
・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。																													

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルゲン表示をご確認ください。

・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

1・2・3月アレルゲン表

国立乗鞍青少年交流の家

1月	6日・12日・18日・24日・30日	特定原材料									特定原材料に準ずる品目																				
2月	5日・11日・17日・23日																														
3月	1日・7日・13日・19日・25日・31日																														
分類	NO.3	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カナッコ	カフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカロナ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン		
朝食	焼壳	●																			●	●	●								
	オムレツ	●	●	●																	●										
	切干大根	●																			●										
	スパゲティサラダ	●	●																		●										
	ごぼうの味噌汁																				●										
	グレープフルーツ																														
	キャベツの千切り(せんぎり)サラダ																														
	海藻ミックス																														
	ごはん																														
	たくあん																														
	赤小梅																														
	食パン	●	●	●																	●										
	ホットドックパン	●	●	●																	●										
	いちごジャム																														
	牛乳				●																										
	コーヒー																														
	ドリンクサーバー																														
昼食	豆乳シチュー																				●										
	チキンカツ	●	●	●																	●	●	●								
	大根と牛すじの煮物	●																		●	●										
	さつま揚げ煮	●																			●										
	パンプキンサラダ	●	●	●																	●										
	白菜の味噌汁																				●										
	黒糖ゼリー																														
	キャベツの千切り(せんぎり)サラダ																														
	枝豆																				●										
	ブロッコリーまたはカリフラワー																														
	ごはん																														
夕食	さくら漬け																														
	福神漬け	●																			●										
	ドリンクサーバー																													●	
	わかめご飯																														
	きのこパスタ	●																			●										
	照焼きハンバーグ	●		●																●	●	●	●								
	白身魚フライ	●																			●										
	こんにゃくの甘辛炒め																														
	ごぼうのイタリアンサラダ																				●										
	大根の味噌汁																				●										
	ヨーグルト			●																											
	キャベツの千切り(せんぎり)サラダ																														
	ブロッコリーまたはカリフラワー																														
	ごはん																														
共通	つぼ漬け	●																			●										
	赤かぶ漬け	●																			●										
	納豆	●																			●										
	ドリンクサーバー																													●	
	青じそドレッシング	●																			●										
	フレンチドレッシング(赤)		●																		●										
	中濃ソース																														●

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルゲン表示をご確認ください。
 ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

1・2・3月アレルゲン表



国立乗鞍青少年交流の家



1月	7日・13日・19日・25日・31日	特定原材料								特定原材料に準ずる品目																				
2月	6日・12日・18日・24日																													
3月	2日・8日・14日・20日・26日																													
分類	NO.4	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カナッコ	フルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカロニ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	
朝食	ミートボール	●	●	●																●	●	●								
	スクランブルエッグ	●	●	●																●	●									
	ひじき煮	●																			●									
	マカロニサラダ	●	●																		●									
	玉葱の味噌汁																													
	オレンジ																●													
	キャベツの千切り(せんぎり)サラダ																													
	海藻ミックス																													
	ごはん																													
	たくあん																													
	赤小梅																													
	食パン	●		●																	●									
	ホットドックパン	●	●	●																	●									
	いちごジャム																													
	牛乳					●																								
	コーヒー																													
	ドリンクサーバー																													
昼食	カレー																													
	メンチカツ	●		●																●		●	●	●						
	ツナと野菜の炒め																				●									
	かぼちゃの煮物																													
	ポテトサラダ	●	●	●																	●									
	わかめの味噌汁																				●									
	杏仁フルーツ				●															●										
	キャベツの千切り(せんぎり)サラダ																													
	枝豆																				●									
	ブロッコリーまたはカリフラワー																													
	ごはん																													
夕食	さくら漬け																													
	福神漬け	●																			●									
	ドリンクサーバー																													
	菜めし																			●										
	ソース焼きうどん	●																		●										
	回鍋肉	●																		●										
	ハムカツ	●	●	●																●	●	●	●							
	塩肉じゃが																			●										
	豆のキャロットソースサラダ																			●										
	ほうれん草の味噌汁																			●										
	パイン&みかん缶																			●										
	キャベツの千切り(せんぎり)サラダ																													
	ブロッコリーまたはカリフラワー																													
	ごはん																													
共通	つぼ漬け	●																			●									
	赤かぶ漬け	●																		●										
	納豆	●																		●										
	ドリンクサーバー																													
	青じそドレッシング	●																		●										
	フレンチドレッシング(赤)		●																	●										
	中濃ソース																												●	

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルゲン表示をご確認ください。
 ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

1・2・3月アレルゲン表

国立乗鞍青少年交流の家

1月	8日・14日・20日・26日	特定原材料									特定原材料に準ずる品目																		
2月	1日・7日・13日・19日・25日																												
3月	3日・9日・15日・21日・27日																												
分類	NO.5	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カナッコ	フルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカロニ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
朝食	ボイルウィンナー			●													●							●					
	オムレツ	●	●	●																				●					
	卵の花	●																		●	●								
	スペゲティサラダ	●	●																	●	●								
	ごぼうの味噌汁																												
	グレープフルーツ																												
	キャベツの千切り(せんぎり)サラダ																												
	海藻ミックス																												
	ごはん																												
	たくあん																												
	赤小梅																												
	食パン	●		●																				●					
	ホットドックパン	●	●	●																				●					
	いちごジャム																												
	牛乳					●																							
	コーヒー																												
	ドリンクサーバー																												
昼食	ハヤシライス	●																						●		●			
	揚げギョウザ	●																						●		●			
	豚肉入り野菜炒め																												
	さつま揚げ煮	●																						●					
	パンプキンサラダ	●	●	●																				●					
	白菜の味噌汁																							●					
	黒糖ゼリー																												
	キャベツの千切り(せんぎり)サラダ																												
	枝豆																							●					
	ブロッコリーまたはカリフラワー																												
	ごはん																												
夕食	さくら漬け																												
	福神漬け	●																						●					
	ドリンクサーバー																												●
	ゆかりご飯																												
	塩焼きそば	●																						●					
	甘酢肉団子	●	●	●	●																		●	●	●	●			
	一口とんかつ	●	●	●	●																		●	●	●	●			
	キャベツのペペロンソテー																												
	花野菜のイタリアンサラダ																							●					
	大根の味噌汁																							●					
	ヨーグルト					●																							
	キャベツの千切り(せんぎり)サラダ																												
	ブロッコリーまたはカリフラワー																												
	ごはん																												
	つぼ漬け	●																						●					
	赤かぶ漬け	●																						●					
	納豆	●																						●					
	ドリンクサーバー																												●
共通	青じそドレッシング	●																						●					
	フレンチドレッシング(赤)		●																					●					
	中濃ソース																												●

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルゲン表示をご確認ください。
 ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

1・2・3月アレルゲン表



国立乗鞍青少年交流の家



1月	9日・15日・21日・27日	特定原材料									特定原材料に準ずる品目																			
2月	2日・8日・14日・20日・26日																													
3月	4日・10日・16日・22日・28日																													
分類	NO.6	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カナッコ	フルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカロニ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	
朝食	焼壳	●																			●	●		●						
	スクランブルエッグ	●	●	●																	●	●								
	切干大根	●																			●									
	マカロニサラダ	●	●																		●									
	玉葱の味噌汁																													
	オレンジ															●														
	キャベツの千切り(せんぎり)サラダ																													
	海藻ミックス																													
	ごはん																													
	たくあん																													
	赤小梅																													
	食パン	●	●	●																	●									
	ホットドックパン	●	●	●																	●									
	いちごジャム																													
	牛乳					●																								
	コーヒー																													
	ドリンクサーバー																													
昼食	豆乳シチュー																					●								
	チキンカツ	●	●	●																	●	●	●							
	大根と牛すじの煮物	●																			●	●								
	かぼちゃの煮物																													
	ポテトサラダ	●	●	●																	●									
	わかめの味噌汁																				●									
	杏仁フルーツ				●																●									
	キャベツの千切り(せんぎり)サラダ																													
	枝豆																				●									
	ブロッコリーまたはカリフラワー																													
	ごはん																													
	さくら漬け																													
	福神漬け	●																			●									
	ドリンクサーバー																												●	
夕食	わかめご飯																													
	きのこパスタ	●																			●									
	照焼きハンバーグ	●			●															●	●	●	●							
	白身魚フライ	●																			●									
	こんにゃくの甘辛炒め																			●										
	ごぼうのキャロットソースサラダ																			●	●								●	
	ほうれん草の味噌汁																				●									
	パイン&みかん缶																				●									
	キャベツの千切り(せんぎり)サラダ																													
	ブロッコリーまたはカリフラワー																													
	ごはん																													
	つぼ漬け	●																			●									
	赤かぶ漬け	●																			●									
	納豆	●																		●										
	ドリンクサーバー																												●	
共通	青じそドレッシング	●																			●									
	フレンチドレッシング(赤)		●																		●									
	中濃ソース																												●	

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルゲン表示をご確認ください。
 ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。