

## 2023冬なかつえキャンプ 食事メニュー表

26日 夕食
ごはん
ハンバーグ
デミソース
キャベツ・レタス
白身フライ
ジャーマンポテト
コンソメスープ

27日朝食
ごはん
みそ汁
キャベツ・レタス
鮭
ひじき
ソーセージ
たまごふりかけ

27日弁当
鶏肉の唐揚げ
厚焼き玉子
スパゲティ
切れ目ウインナー
つぼ漬け
おにぎり 2種
バナナ

27日夕食
ごはん
とんかつ
とんかつソース
キャベツ・レタス
ジャンボミートボール
ハウレン草もやし炒め
わかめスープ

28日朝食
ごはん
みそ汁
キャベツ・レタス
いわしの味噌煮
厚切りハム
切干し大根
すきやきふりかけ

28日昼食
ごはん
ミートスパゲティ
チキン南蛮
キャベツ・レタス
しゅうまい
コンソメスープ

28日夕食
ごはん
カレー
キャベツ・レタス
むかしのコロッケ
鶏肉の唐揚げ
福神漬け
みかんゼリー

29日朝食
パン・ごはん
コーンスープ
キャベツ・レタス
ソーセージ
照り焼きチキン
いちごジャム

29日弁当
メンチカツ
キャベツ
ミートスパゲティ
ポテトサラダ
切れ目ウインナー
ひとくちゼリー
ごはん
ゆかり
とんかつソース

毎食・食堂内
青じそドレッシング
ごまドレッシング

献立・食物アレルギー 特定原材料 7品目、20品目

ラボ教育センター 12/26～29まで

		メニュー	乳	卵	小麦	そば	落花生	えび	かに	その他20品目
1日目 (26日)	夕食	ごはん								
		ハンバーグ	○	○	○					鶏肉、大豆、牛肉、豚肉
		デミソース	○		○					牛肉、大豆、りんご
		キャベツ・レタス								
		白身フライ			○					大豆
		ジャーマンポテト								豚肉、牛肉、鶏肉、大豆
		コンソメスープ								鶏肉、大豆、豚肉
2日目 (27日)	朝食	ごはん								
		みそ汁			○					大豆
		キャベツ・レタス								
		鮭								さけ
		ひじき			○					大豆、ごま、さば、さけ
		ソーセージ								豚肉、牛肉
		たまごふりかけ	○	○	○					大豆、ごま、鶏肉
	弁当	鶏肉の唐揚げ			○					鶏肉、大豆、りんご
		厚焼き玉子	○	○	○					
		スバゲティ			○					
		切れ目ウィンナー								豚肉、鶏肉
		つぼ漬け			○					大豆
		おにぎり 2種								
		バナナ								
夕食	ごはん									
	とんかつ	○	○	○					豚肉、大豆、	
	とんかつソース								りんご、魚介類	
	キャベツ・レタス									
	ジャンボミートボール	○		○					鶏肉、豚肉、大豆	
	ハウレン草もやし炒め			○					ごま、鶏肉	
	わかめスープ			○					大豆	
3日目 (28日)	朝食	ごはん								
		みそ汁			○					大豆
		キャベツ・レタス								
		いわしの味噌煮								大豆
		厚切りハム								鶏肉、豚肉
		切干し大根			○					大豆、さば、さけ
		すきやきふりかけ	○	○	○					牛肉、ごま、大豆、鶏肉
	昼食	ごはん								
		ミートスバゲティ	○		○					りんご、大豆、牛肉
		チキン南蛮			○	○				鶏肉、大豆
		キャベツ・レタス								
		しゅうまい	○	○	○					ごま・大豆・鶏肉・豚肉
		コンソメスープ								鶏肉、大豆、豚肉
		ごはん								
夕食	カレー	○		○					牛肉、大豆、鶏肉、豚肉、やまいも	
	キャベツ・レタス									
	むかしのコロツケ	○		○					大豆、鶏肉	
	鶏肉の唐揚げ			○					鶏肉、大豆	
	福神漬			○					大豆	
	みかんゼリー									
	パン・ごはん									
4日目 (29日)	朝食	コーンスープ								
		キャベツ・レタス								
		ソーセージ								豚肉、牛肉
		照り焼きチキン			○					鶏肉、大豆
		いちごジャム								
		メンチカツ			○					大豆・鶏肉・牛肉
		キャベツ								
	弁当	ミートスバゲティ	○		○					りんご、大豆、牛肉
		ポテトサラダ	○	○	○					大豆
		切れ目ウィンナー								豚肉、鶏肉
		ひとくちゼリー								りんご
		ごはん								
		ゆかり								
		とんかつソース								
毎食	青じそドレッシング			○					大豆	
	ごまドレッシング			○	○				大豆、ごま	