

# 食堂メニューアレルギー



宮城県松島自然の家

令和8年 5月

日付	朝食	アレルギー成分										昼食	アレルギー成分										夕食	アレルギー成分																																																														
		小麦	卵	乳	そば	落花生	ごま	えび	かに	くみ	小麦		卵	乳	そば	落花生	ごま	えび	かに	くみ	小麦	卵		乳	そば	落花生	ごま	えび	かに	くみ																																																								
1 5 10 15 20 24 29 日	ごはん																												ごはん																													菜めし																												
	乳酸菌飲料			●																										ハヤシライス	●	●																									ごはん																													
	納豆(タレ付き)	●																																																					あじフライ	●																														
	ふりかけ	●	●	●				●																					ハンバーグおろしソース	●	●	●																								さつま芋天ぷら	●																													
	あらびきチキン	●																										フライドポテト(ミカ)																											レンコン肉詰めフライ	●																														
	かにしゅうまい	●	●						●	●																																												ソース焼きそば	●	●																														
	ポテトマカロニサラダ	●	●	●																							卵サラダ	●	●	●																																																								
	漬物(つぼ漬け)	●																									生野菜																											ごぼうサラダ	●	●	●																													
	生野菜																										りんご缶																											生野菜																																
	油麩のみそ汁	●																								わかめスープ	●																									ももゼリー																																		
ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●				●																		ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●																							すまし汁	●																																		
A																																																			ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●																																
2 6 12 16 21 26 30 日	ごはん																									ゆかりごはん																										ごはん																																		
	乳酸菌飲料			●																						ごはん																									二色丼の具	●	●																																	
	納豆(タレ付き)	●																																																肉ぎょうざ	●	●	●																																	
	ふりかけ	●	●	●				●																		メンチカツ	●	●																								コーンコロッケ	●																																	
	厚焼き卵	●	●																																																チーズロール	●	●																																	
	ウィンナー																																																		ミニ冷やしうどん	●																																		
	スパゲティサラダ	●	●	●																						ジャーマンポテト	●	●																																																										
	漬物(しば漬け)																									生野菜																										チャプチェ	●																																	
	生野菜																									豆乳杏仁フルーツ (豆乳杏仁みかん)																										生野菜																																		
	なめこのみそ汁																									みそスープ																										りんごゼリー																																		
ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●				●																		ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●																							じゃが芋のみそ汁																																			
B																																																		ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●																																	
3 8 13 17 22 27 31 日	ごはん																								わかめごはん																									ゆかりごはん																																				
	乳酸菌飲料			●																						ごはん																									ごはん																																			
	納豆(タレ付き)	●																																																春巻き	●																																			
	ふりかけ	●	●	●				●																		照り焼き豆腐ハンバーグ	●																								とんかつ	●																																		
	ハムソースステーキ	●																								三角ポテトチーズフライ	●	●																							フライドポテト(皮付き)	●																																		
	ミニさつま揚げ	●	●																																															塩焼きそば	●	●																																		
	ポテトサラダ	●	●	●																						ビーフソテー																																																												
	漬物(刻みきゅうり漬)	●																								生野菜																									カニ風味サラダ	●	●	●																																
	生野菜																									フルーツ(パイゼリー)																									生野菜																																			
	まめふのみそ汁	●																								コンソメスープ	●																								ぶどうゼリー																																			
ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●				●																		ドレッシング・マヨネーズ	●	●	●																																																										