

# 4・5・6月メニュー

## 夜須高原青少年自然の家



メニュー	NO.1	NO.2	NO.3	NO.4	NO.5	NO.6
4月	4月(2・8・14・20・26日)	4月(3・9・15・21・27日)	4月(4・10・16・22・28日)	4月(5・11・17・23・29日)	4月(6・12・18・24・30日)	4月(1・7・13・19・25日)
5月	5月(2・8・14・20・26日)	5月(3・9・15・21・27日)	5月(4・10・16・22・28日)	5月(5・11・17・23・29日)	5月(6・12・18・24・30日)	5月(1・7・13・19・25・31日)
6月	6月(1・7・13・19・25日)	6月(2・8・14・20・26日)	6月(3・9・15・21・27日)	6月(4・10・16・22・28日)	6月(5・11・17・23・29日)	6月(6・12・18・24・30日)
<b>朝食</b>						
主食	チキンナゲット	ポイルウィンナー	鮭の塩焼き	チキンナゲット	ポイルウィンナー	鮭の塩焼き
主食	厚焼き玉子	オムレツ	ミートボール	炒り卵	厚焼き玉子	ミートボール
副菜	ひじき煮	切干大根	きんぴら	ひじき煮	切干大根	きんぴら
副菜	ポテトサラダ	マカロニサラダ	スパゲティサラダ	ポテトサラダ	マカロニサラダ	スパゲティサラダ
汁もの	わかめの味噌汁	玉葱の味噌汁	白菜の味噌汁	わかめの味噌汁	玉葱の味噌汁	白菜の味噌汁
共通	コールスロー ・ ごはん ・ 納豆 ・ 海苔佃煮 ・ 食パン ・ いちごジャム ・ バター ・ コーンフレーク ・ フリードリンク					
<b>昼食</b>						
主食	かしわめし	菜めし	ひじきご飯	かしわめし	菜めし	ひじきご飯
主食	たぬきうどん	豚骨ラーメン	塩ラーメン	塩だしうどん	豚骨ラーメン	けんちんうどん(しょう油)
主菜	豚肉入り野菜炒め	ツナと野菜の炒め	野菜とチキンの中華煮	豚肉入り野菜炒め	ツナと野菜の炒め	野菜とチキンの中華煮
副菜	フライドポテト(塩味)	コロッケ	フライドポテト(ガーリック)	メンチカツ	フライドポテト(塩味)	コロッケ
副菜	イワシ青のりフライ	もやしの香味和え	大根のそぼろあん	厚揚げの煮物	もやしの香味和え	大根のそぼろあん
副菜	パンプキンサラダ	ごぼうのイタリアンサラダ	さつま芋のレモン煮	パンプキンサラダ	ごぼうのイタリアンサラダ	さつま芋のレモン煮
デザート	杏仁フルーツ	黒糖ゼリー	抹茶ゼリー	杏仁フルーツ	黒糖ゼリー	抹茶ゼリー
共通	コールスロー ・ ごはん ・ フリードリンク					
<b>夕食</b>						
主菜	鶏肉の竜田揚げ	照焼きハンバーグ	蒸し焼売	鶏肉の竜田揚げ	照焼きハンバーグ	蒸し焼売
主菜	さばの塩焼き	白身魚フライ	ささみしそ巻きフライ	さばの塩焼き	白身魚フライ	ピーマン肉詰めフライ
副菜	コーンフライ	フライドポテト(塩味)	こんにゃくの甘辛炒め	フライドポテト(ガーリック)	野菜とウィンナーのポトフ	フライドポテト(塩味)
副菜	筑前煮	チャプチェ	野菜とチキンのトマト煮	筑前煮	チャプチェ	野菜とチキンのトマト煮
副菜	豆のイタリアンサラダ	花野菜のイタリアンサラダ	ごぼうのキャロットソースサラダ	豆のイタリアンサラダ	花野菜のイタリアンサラダ	ごぼうのキャロットソースサラダ
汁もの	ほうれん草の味噌汁	コーン入り中華スープ	わかめスープ	ほうれん草の味噌汁	コーン入り中華スープ	わかめスープ
デザート	グレープフルーツ	オレンジ	パイ&みかん缶	グレープフルーツ	オレンジ	パイ&みかん缶
共通	コールスロー ・ ごはん ・ フリードリンク					

\*食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。  
 \*ご利用日の食堂の総利用者数が規定数(20食)に満たない場合は、ご提供方法を変更させて頂く場合がございます。  
 \*個数制限を設ける場合がございます。

# 4・5・6月メニューアレルギー表

国立夜須高原青少年自然の家



4月	2・8・14・20・26日	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																		
5月	2・8・14・20・26日																													
6月	1・7・13・19・25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	カシューナッツ	フルーティ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	
朝食	チキンナゲット	●	●	●																	●									
	厚焼き玉子	●	●																		●									
	ひじき煮	●																			●									
	ポテトサラダ	●	●	●																	●									
	わかめの味噌汁																				●									
	コールスロー																					●								
	ごはん																					●								
	納豆	●																				●								
	海苔佃煮	●																				●								
	食パン	●			●																	●								
	バター				●																	●								
	いちごジャム																					●								
	コーンフレーク																					●								
	牛乳				●																	●								
コーヒー																					●									
コーヒーミルク				●																	●									
ドリンクサーバー														●															●	
昼食	かしわめし	●																			●	●								
	たぬきうどん	●																			●	●								
	豚肉入り野菜炒め																						●							
	フライドポテト(塩味)																							●						
	イワシ青のりフライ	●																			●	●								
	パンプキンサラダ	●	●		●																●	●								
	杏仁フルーツ				●																●	●			●					
	コールスロー																					●								
	ごはん																					●								
	コーヒー																					●								
	ドリンクサーバー														●															●
夕食	鶏肉の竜田揚げ	●	●																		●	●								
	さばの塩焼き																			●	●	●								
	コーンフライ	●																			●	●								
	筑前煮	●																			●	●								
	豆のイタリアンサラダ																				●	●								
	ほうれん草の味噌汁																				●	●								
	グレープフルーツ																				●	●								
	コールスロー																					●								
	ごはん																					●								
	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)		●																		●	●								
	フレンチドレッシング(白)		●																		●	●								
	ケチャップ																				●	●								
	マヨネーズ		●																		●	●								
	中濃ソース																				●	●						●		
	卓上しょうゆ	●																			●	●								

・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、店頭のアレルギー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。

# 4・5・6月メニューアレルギー表



4月	3・9・15・21・27日	特定原材料								特定原材料に準ずる品目																			
5月	3・9・15・21・27日																												
6月	2・8・14・20・26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	カシューナッツ	フルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
朝食	ポイルウィンナー																							●					
	オムレツ	●	●	●																		●							
	切干大根	●																				●							
	マカロニサラダ	●	●	●																		●							
	玉葱の味噌汁																					●							
	コールスロー																					●							
	ごはん																												
	納豆	●																				●							
	海苔佃煮	●																				●							
	食パン	●			●																	●							
	バター				●																								
	いちごジャム																												
	コーンフレーク																												
	牛乳				●																								
コーヒー																													
コーヒーミルク				●																									
ドリンクサーバー														●														●	
昼食	菜めし																					●							
	豚骨ラーメン	●	●																			●		●					
	ツナと野菜の炒め																					●							
	コロッケ	●																				●							
	もやしの香味和え																					●							
	ごぼうのイタリアンサラダ																					●							
	黒糖ゼリー																												
	コールスロー																					●							
	ごはん																												
	コーヒー																												
	コーヒーミルク				●																								
ドリンクサーバー														●														●	
夕食	照焼きハンバーグ	●		●																		●	●	●					
	白身魚フライ	●																				●							
	フライドポテト(塩味)																					●							
	チャップチェ	●																				●							
	花野菜のイタリアンサラダ																					●							
	コーン入り中華スープ																						●						
	オレンジ																												
	コールスロー																					●							
	ごはん																												
	コーヒー																												
コーヒーミルク				●																									
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)			●																		●							
	フレンチドレッシング(白)			●																		●							
	ケチャップ																					●							
	マヨネーズ			●																		●							
	中濃ソース																											●	
	卓上しょうゆ	●																				●							

・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、ご利用当日に、店頭のアレルギー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。

# 4・5・6月メニューアレルギー表

国立夜須高原青少年自然の家



4月		4・10・16・22・28日		特定原材料									特定原材料に準ずる品目																				
5月		4・10・16・22・28日																															
6月		3・9・15・21・27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	カシューナッツ	フルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン				
朝食	鮭の塩焼き																		●														
	ミートボール	●	●	●																		●		●									
	きんぴら																						●										
	スパゲティサラダ	●	●	●																			●										
	白菜の味噌汁																						●										
	コールスロー																																
	ごはん																																
	納豆	●																					●										
	海苔佃煮	●																					●										
	食パン	●			●																		●										
	バター				●																												
	いちごジャム																																
	コーンフレーク																																
	牛乳				●																												
コーヒー																																	
コーヒーミルク				●																													
ドリンクサーバー														●																●			
昼食	ひじきご飯	●																				●											
	塩ラーメン	●	●																				●										
	野菜とチキンの中華煮																						●										
	フライドポテト（ガーリック）																							●									
	大根のそぼろあん																						●										
	さつま芋のレモン煮																																
	抹茶ゼリー																																
	コールスロー																																
	ごはん																																
	コーヒー																																
コーヒーミルク				●																													
ドリンクサーバー														●																●			
夕食	蒸し焼売	●																				●	●		●								
	ささみそ巻きフライ	●																				●	●										
	こんにゃくの甘辛炒め																																
	野菜とチキンのトマト煮																						●										
	ごぼうのキャロットソースサラダ														●								●								●		
	わかめスープ																							●									
	パイン&みかん缶																																
	コールスロー																																
	ごはん																																
	コーヒー																																
コーヒーミルク				●																													
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）																					●											
	フレンチドレッシング（白）																					●											
	ケチャップ																						●										
	マヨネーズ				●																		●										
	中濃ソース																														●		
卓上しょうゆ	●																					●											

•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、店舗のアレルギー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。

# 4・5・6月メニューアレルギー表

4月		5・11・17・23・29日		特定原材料								特定原材料に準ずる品目																		
5月		5・11・17・23・29日																												
6月		4・10・16・22・28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	カシューナッツ	フェルウィツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	
朝食	チキンナゲット	●	●	●																		●								
	炒り卵		●																			●								
	ひじき煮	●																				●								
	ポテトサラダ	●	●	●																		●								
	わかめの味噌汁																					●								
	コールスロー																													
	ごはん																													
	納豆	●																					●							
	海苔佃煮	●																					●							
	食パン	●			●																		●							
	バター				●																									
	いちごジャム																													
	コーンフレーク																													
牛乳				●																										
コーヒー																														
コーヒーミルク				●																										
ドリンクサーバー														●															●	
昼食	かしわめし	●																				●	●							
	塩だしうどん	●																					●							
	豚肉入り野菜炒め																							●						
	メンチカツ	●			●													●				●		●						
	厚揚げの煮物																						●							
	パンクキンサラダ	●	●	●																			●							
	杏仁フルーツ				●																					●				
	コールスロー																													
	ごはん																													
	コーヒー																													
コーヒーミルク				●																										
ドリンクサーバー														●															●	
夕食	鶏肉の竜田揚げ	●	●																			●	●							
	さばの塩焼き																				●									
	フライドポテト(ガーリック)																													
	筑前煮	●																					●							
	豆のイタリアンサラダ																					●								
	ほうれん草の味噌汁																					●								
	グレープフルーツ																													
	コールスロー																													
ごはん																														
コーヒー																														
コーヒーミルク				●																										
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)																					●								
	フレンチドレッシング(白)																					●								
	ケチャップ																						●							
	マヨネーズ																						●							
	中濃ソース																												●	
卓上しょうゆ	●																					●								

・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、店頭のアレルギー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。

# 4・5・6月メニューアレルギー表



4月	6・12・18・24・30日	特定原材料								特定原材料に準ずる品目																			
5月	6・12・18・24・30日																												
6月	5・11・17・23・29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	カシューナッツ	フルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
朝食	ポイルウィンナー																							●					
	厚焼き玉子	●	●																			●							
	切干大根	●																				●							
	マカロニサラダ	●	●	●																		●							
	玉葱の味噌汁																					●							
	コールスロー																						●						
	ごはん																												
	納豆	●																					●						
	海苔佃煮	●																					●						
	食パン	●			●																		●						
	バター				●																								
	いちごジャム																												
	コーンフレーク																												
	牛乳				●																								
コーヒー																													
コーヒーミルク				●																									
ドリンクサーバー														●														●	
昼食	菜めし																					●							
	豚骨ラーメン	●	●																			●		●					
	ツナと野菜の炒め																					●		●					
	フライドポテト(塩味)																					●							
	もやし香味和え																												
	ごぼうのイタリアンサラダ																					●							
	黒糖ゼリー																												
	コールスロー																						●						
	ごはん																												
	コーヒー																												
コーヒーミルク				●																									
ドリンクサーバー														●														●	
夕食	照焼きハンバーグ	●		●														●				●		●					
	白身魚フライ	●																●				●		●					
	野菜とウィンナーのポトフ	●																●				●		●					
	チャブチェ	●																				●							
	花野菜のイタリアンサラダ																					●							
	コーン入り中華スープ																						●						
	オレンジ																												
	コールスロー																						●						
	ごはん																												
	コーヒー																												
コーヒーミルク				●																									
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)		●																			●							
	フレンチドレッシング(白)		●																			●							
	ケチャップ																						●						
	マヨネーズ		●																				●						
	中濃ソース																										●		
卓上しょうゆ	●																					●							

・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、店舗のアレルギー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。

# 4・5・6月メニューアレルギー表



4月		1・7・13・19・25日		特定原材料									特定原材料に準ずる品目																			
5月		1・7・13・19・25・31日																														
6月		6・12・18・24・30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	カシューナッツ	フルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン			
朝食	鮭の塩焼き																			●												
	ミートボール	●	●	●																			●									
	きんぴら																						●									
	スパゲティサラダ	●	●	●																			●									
	白菜の味噌汁																						●									
	コールスロー																															
	ごはん																															
	納豆	●																						●								
	海苔佃煮	●																						●								
	食パン	●			●																			●								
	バター				●																											
	いちごジャム																															
	コーンフレーク																															
	牛乳				●																											
コーヒー																																
コーヒーミルク				●																												
ドリンクサーバー														●															●			
昼食	ひじきご飯	●																					●									
	けんちんうどん(しょう油)	●																					●									
	野菜とチキンの中華煮																						●									
	コロッケ	●																					●									
	大根のそぼろあん																							●								
	さつま芋のレモン煮																							●								
	抹茶ゼリー																															
	コールスロー																															
	ごはん																															
	コーヒー																															
コーヒーミルク				●																												
ドリンクサーバー														●																●		
夕食	蒸し焼売	●																				●		●								
	ビーマン肉詰めフライ	●																				●		●								
	フライドポテト(塩味)																															
	野菜とチキンのトマト煮																						●									
	ごぼうのキャロットソースサラダ														●								●							●		
	わかめスープ																							●								
	パイン&みかん缶																															
	コールスロー																															
	ごはん																															
	コーヒー																															
コーヒーミルク				●																												
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)		●																			●										
	フレンチドレッシング(白)		●																			●										
	ケチャップ																						●									
	マヨネーズ		●																				●									
	中濃ソース																													●		
卓上しょうゆ	●																					●										

・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、ご利用当日に、店頭のアレルギー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。