

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	(2・8・14・20・26日)	(3・9・15・21・27日)	(4・10・16・22・28日)	(5・11・17・23・29日)	(6・12・18・24・30日)	(1・7・13・19・25日)
5月	(2・8・14・20・26日)	(3・9・15・21・27日)	(4・10・16・22・28日)	(5・11・17・23・29日)	(6・12・18・24・30日)	(1・7・13・19・25・31日)
6月	(1・7・13・19・25日)	(2・8・14・20・26日)	(3・9・15・21・27日)	(4・10・16・22・28日)	(5・11・17・23・29日)	(6・12・18・24・30日)

朝食

おかず	チキンナゲット	ポイルウィンナー	ミートボール	チキンナゲット	ポイルウィンナー	ミートボール
おかず	厚焼き玉子	オムレツ	スクランブルエッグ	厚焼き玉子	炒り卵	スクランブルエッグ
おかず	ひじき煮	★野菜ときのこの蒸し和え	切干大根	ひじき煮	★野菜ときのこの蒸し和え	切干大根
おかず	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	大根の味噌汁	玉葱の味噌汁	白菜の味噌汁	大根の味噌汁	玉葱の味噌汁	白菜の味噌汁
共通	千切りキャベツ ・ ごはん ・ 納豆 ・ 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					

昼食

主食	かしわめし	菜めし	わかめご飯	かしわめし	菜めし	わかめご飯
主食	たぬきうどん	豚骨ラーメン	塩ラーメン	わかめうどん	豚骨ラーメン	塩だしうどん
おかず	一口とんかつ	イワシ青のりフライ	ハムカツ	甘酢肉団子	メンチカツ	イワシ青のりフライ
おかず	豚肉入り野菜炒め	コロッケ	ツナと野菜の炒め	豚肉入り野菜炒め	フライドポテト(塩味)	コロッケ
おかず	フライドポテト(塩味)	青菜のお浸し	フライドポテト(ガーリック)	コーンフライ	青菜のお浸し	ツナと野菜の炒め
おかず	ごぼうのキャロットソースサラダ	豆のキャロットソースサラダ	花野菜キャロットソースサラダ	ごぼうのキャロットソースサラダ	豆のキャロットソースサラダ	花野菜キャロットソースサラダ
デザート	グレープフルーツゼリー	いちごゼリー	グレープフルーツゼリー	いちごゼリー	グレープフルーツゼリー	いちごゼリー
共通	千切りキャベツ ・ ごはん ・ フリードリンク					

夕食

おかず	鶏肉の竜田揚げ	デミグラスソースハンバーグ	揚げギョウザ	鶏肉の竜田揚げ	デミグラスソースハンバーグ	揚げギョウザ
おかず	さばの塩焼き	アジフライ	ささみしそ巻きフライ	さばの塩焼き	アジフライ	ささみしそ巻きフライ
おかず	かき揚げの甘辛ソース	もやしと三色ピーマンの炒め	こんにゃくの甘辛炒め	もやしと三色ピーマンの炒め	こんにゃくの甘辛炒め	もやしと三色ピーマンの炒め
おかず	筍と菜の花の煮物	季節メニュー	野菜とピーマンの中華炒め	筍と菜の花の煮物	季節メニュー	野菜とピーマンの中華炒め
おかず	豆のイタリアンサラダ	花野菜のイタリアンサラダ	ごぼうのイタリアンサラダ	豆のイタリアンサラダ	花野菜のイタリアンサラダ	ごぼうのイタリアンサラダ
汁もの	青菜のすまし汁	わかめスープ	コーン入り中華スープ	青菜のすまし汁	わかめスープ	コーン入り中華スープ
デザート	蒟蒻オレンジゼリー	蒟蒻ぶどうゼリー	蒟蒻オレンジゼリー	蒟蒻ぶどうゼリー	蒟蒻オレンジゼリー	蒟蒻ぶどうゼリー
共通	千切りキャベツ ・ 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。

4・5・6月メニューアレルギー表



4月	2・8・14・20・26	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																	
5月	2・8・14・20・26	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																	
6月	1・7・13・19・25	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																	
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	さくら	オレンジ	カシューナッツ	フキウイ	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	●	●	●																		●							
	大根の味噌汁																					●							
	千切りキャベツ																												
	ごはん																												
	納豆	●																				●							
	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	●																				●							
	一口とんかつ	●	●	●																		●		●					
	豚肉入り野菜炒め																							●					
	フライドポテト(塩味)																												
	ごぼうのキャロットソースサラダ													●								●						●	
	グレープフルーツゼリー																												
	千切りキャベツ																												
	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																			●									
	かき揚げの甘辛ソース	●																				●							
	筍と菜の花の煮物																					●							
	豆のイタリアンサラダ																					●							
	青菜のすまし汁																					●							
	蒟蒻オレンジゼリー																												
	千切りキャベツ																												
	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		●																			●							
	卓上とんかつソース																												
#N/A																													

・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	3・9・15・21・27	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																		
5月	3・9・15・21・27	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																		
6月	2・8・14・20・26	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																		
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	さくら	オレンジ	ナッシュュー	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	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	●	●	●																		●			●					
	野菜ときのこの蒸し和え	●	●	●																		●		●						
	マカロニサラダ	●	●																			●								
	玉葱の味噌汁																					●								
	千切りキャベツ																													
	ごはん																													
	納豆	●																					●							
	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	●	●																			●	●		●				●	
	イワシ青のりフライ	●																				●								
	コロッケ	●																				●								
	青菜のお浸し																													
	豆のキャロットソースサラダ													●								●						●		
	いちごゼリー																													
	千切りキャベツ																													
	ごはん																													
	コーヒー																													
	コーヒーミルク				●																									
	ドリンクサーバー														●														●	
	夕食	デミグラスソースハンバーグ	●		●													●				●	●		●					
アジフライ		●																				●								
もやしと三色ピーマンの炒め																														
チャブチェ		●																				●								
花野菜のイタリアンサラダ																						●								
わかめスープ																							●							
蒟蒻ぶどうゼリー																														
千切りキャベツ																														
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		●																			●								
	卓上とんかつソース																													
#N/A																														

・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	4・10・16・22・28	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																			
5月	4・10・16・22・28	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																			
6月	3・9・15・21・27	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																			
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	さけ	オレシ	カシュー	フルー	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミア	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	●	●																			●									
	切干大根	●																			●										
	スパゲティサラダ	●	●																			●									
	白菜の味噌汁																					●									
	千切りキャベツ																														
	ごはん																														
	納豆	●																				●									
	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	わかめご飯																														
	塩ラーメン	●	●																												
	ハムカツ	●	●	●																		●	●	●							
	ツナと野菜の炒め																					●									
	フライドポテト(ガーリック)																					●									
	花野菜キャロットソースサラダ													●								●							●		
	グレープフルーツゼリー																														
	千切りキャベツ																														
	ごはん																														
	コーヒー																														
	コーヒーミルク			●																											
ドリンクサーバー														●															●		
夕食	揚げギョウザ	●																			●			●							
	ささみしそ巻きフライ	●																				●	●								
	こんにゃくの甘辛炒め																														
	野菜とビーフンの中華炒め																														
	ごぼうのイタリアンサラダ																					●									
	コーン入り中華スープ																														
	蒟蒻オレンジゼリー																														
	千切りキャベツ																														
	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		●																			●									
	卓上とんかつソース																														
#N/A																															

・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	5・11・17・23・29	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																			
5月	5・11・17・23・29	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																			
6月	4・10・16・22・28	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																			
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	さくら	オレンジ	カシューナッツ	フルーイ	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	●	●	●																		●									
	大根の味噌汁																					●									
	千切りキャベツ																														
	ごはん																														
	納豆	●																				●									
	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	●																			●	●									
	わかめうどん	●																				●									
	甘酢肉団子	●	●	●																		●	●	●							
	豚肉入り野菜炒め																							●							
	コーンフライ	●																				●									
	ごぼうのキャロットソースサラダ													●								●							●		
	いちごゼリー																														
	千切りキャベツ																														
	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																			●		●								
もやしと三色ピーマンの炒め																															
筍と菜の花の煮物																						●									
豆のイタリアンサラダ																						●									
青菜のすまし汁																															
蒟蒻ぶどうゼリー																															
千切りキャベツ																															
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		●																			●									
	卓上とんかつソース																														
#N/A																															

・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	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																		
5月	6・12・18・24・30	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																		
6月	5・11・17・23・29	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																		
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	さくら	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																													
	炒り卵	●	●																			●			●					
	野菜ときのこの蒸し和え	●	●	●																		●	●							
	マカロニサラダ	●	●																			●								
	玉葱の味噌汁																					●								
	千切りキャベツ																													
	ごはん																													
	納豆	●																				●								
	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	●	●																			●	●		●				●	
	メンチカツ	●		●														●				●	●		●					
	フライドポテト（塩味）																													
	青菜のお浸し																													
	豆のキャロットソースサラダ													●								●						●		
	グレープフルーツゼリー																													
	千切りキャベツ																													
	ごはん																													
	コーヒー																													
コーヒーミルク			●																											
ドリンクサーバー														●														●		
夕食	デミグラスソースハンバーグ	●		●														●				●	●		●					
	アジフライ	●																				●								
	こんにゃくの甘辛炒め																													
	チャブチェ	●																				●								
	花野菜のイタリアンサラダ																					●								
	わかめスープ																						●							
	蒟蒻オレンジゼリー																													
	千切りキャベツ																													
	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		●																			●								
	卓上とんかつソース																													
#N/A																														

・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	1・7・13・19・25	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																		
5月	1・7・13・19・25・31	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																		
6月	6・12・18・24・30	特定原材料										特定原材料に準ずる品目																		
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	さけ	オレシ	カシュー	フルー	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミア	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	●	●																			●								
	切干大根	●																			●									
	スパゲティサラダ	●	●																			●								
	白菜の味噌汁																					●								
	千切りキャベツ																													
	ごはん																													
	納豆	●																					●							
	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	わかめご飯																													
	塩だしうどん	●																					●							
	イワシ青のりフライ	●																				●								
	コロッケ	●																				●								
	ツナと野菜の炒め																					●								
	花野菜キャロットソースサラダ													●								●						●		
	いちごゼリー																													
	千切りキャベツ																													
	ごはん																													
	コーヒー																													
	コーヒーミルク			●																										
ドリンクサーバー														●														●		
夕食	揚げギョウザ	●																			●		●							
	ささみしそ巻きフライ	●																				●	●							
	もやしと三色ピーマンの炒め																													
	野菜とビーフンの中華炒め																													
	ごぼうのイタリアンサラダ																					●								
	コーン入り中華スープ																						●							
	蒟蒻ぶどうゼリー																													
	千切りキャベツ																													
	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		●																			●								
	卓上とんかつソース																													
#N/A																														

・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。