

# 秋・冬メニュー(月・水・土) 10月~3月

※都合によりメニューが変更になる場合があります。その際はご了承ください



福島県  
会津自然の家 SINSUN

あさ		
メニュー	材料	アレルギー成分
ごはん	米	
みそ汁	豆腐・長葱	大豆
	だし	
	みそ	小麦・大豆
パン	パン	小麦・乳・卵
コーンスープ	コーンスープの素	小麦・乳・鶏・豚
	牛乳	
オムレツ	オムレツ・ケチャップ	卵・大豆・乳・小麦
ウインナー	ウインナー・ケチャップ	豚・牛
鯖の塩焼き	鯖の塩焼き	サバ・大豆
切り干し大根の煮物	切干大根・油揚げ・	大豆
	ちくわ・人参	小麦・大豆・豚
	醤油・砂糖・みりん	小麦・大豆
	油	
ポテトサラダ	ポテトサラダ	乳・卵・大豆
生野菜サラダ	キャベツ・人参	
	きゅうり・レタス	
ふりかけ	タマゴ・おかか	卵・小麦・ごま・大豆
梅干し・漬物		小麦・大豆・ごま
味付けのり	味付けのり	えび
ジャム		りんご・小麦・大豆
納豆		小麦・大豆
ジュース	オレンジ・メロンソーダ	
	グレープフルーツ・カルピス	乳
	コーヒー・お茶・コカ・コーラ	
牛乳・コーヒー牛乳		乳
ドレッシングごま		ドレッシング青しそ
小麦・卵・ごま		小麦・大豆
さば・大豆		

ひる		
メニュー	材料	アレルギー成分
うどん	うどん	小麦
※天候によって	めんつゆ・白だし	小麦・大豆・さば
冷・温変更あります	天かす	小麦
	長葱・わかめ	
カレーライス	米	
	ケチャップ・中濃ソース	りんご
	鶏肉・豚肉・	鶏・豚
	人参・じゃが芋	
	学校給食用とろけるカレールー	小麦
	福神漬け	ごま・小麦・大豆
ブロッコリーサラダ	ブロッコリー・玉葱・	
	人参・カリフラワー・コーン	とうもろこし
	和風ドレッシング	小麦・大豆
鶏のから揚げ	鶏肉・にんにく・生姜	鶏肉
	小麦粉・片栗粉・油	小麦
	醤油・塩・こしょう	小麦・大豆
肉団子	肉団子・醤油・砂糖	豚・小麦・大豆・卵・鶏・ゼラチン・ごま
	ケチャップ・オイスターソース	牡蠣
生野菜サラダ	キャベツ・人参	
	きゅうり・レタス	
フライドポテト	ポテト	小麦(ブドウ糖に含まれる)
	油・ケチャップ	
デザート		卵・乳・小麦
ジュース	オレンジ・メロンソーダ	
	グレープフルーツ・カルピス	乳
	コーヒー・お茶・コカ・コーラ	
コーヒー牛乳		乳
ドレッシングごま		ドレッシング青しそ
小麦・卵・ごま		小麦・大豆
さば・大豆		

よる		
メニュー	材料	アレルギー成分
鶏すき丼	米	
※白ごはんの	鶏肉	鶏
提供もできます	玉葱	
	醤油・砂糖	小麦・大豆
やきそば	やきそば	豚・鶏・大豆・小麦・ごま
	豚肉	豚
	キャベツ・人参	
白身魚フライ	白身魚フライ	小麦・大豆
	中濃ソース	りんご
季節の野菜と豚肉の	豚肉・みそ・にんにく・砂糖	豚・小麦・大豆
味噌炒め	茄子・ピーマン・玉葱	
	さつまいも	
煮込みハンバーグ	ハンバーグ・コンソメ	小麦・豚・牛・卵・乳
	中濃ソース・ケチャップ	りんご
蒸し鶏の和え物	もやし・胡瓜・人参	
	蒸し鶏	鶏
	和風ゴマドレッシング	小麦・大豆・さば・ごま
中華スープ	中華スープ	ごま・豚・鶏・大豆・小麦
生野菜サラダ	キャベツ・人参	
	きゅうり・レタス	
デザート		卵・乳・小麦
ジュース	オレンジ・メロンソーダ	
	グレープフルーツ・カルピス	乳
	コーヒー・お茶・コカ・コーラ	
ドレッシングごま		ドレッシング青しそ
小麦・卵・ごま		小麦・大豆
さば・大豆		