

奥越高原青少年自然の家 おにぎり弁当献立

	2個入りおにぎり弁当	3個入りおにぎり弁当
お に ぎ り 弁 当	ゆかりおにぎり	ゆかりおにぎり
	わかめおにぎり	わかめおにぎり
	たくあん	おかかおにぎり
	スパゲティソテー	たくあん
	メンチカツ	スパゲティソテー
	玉子焼き	鶏の唐揚げ
	かまぼこ	蒸し焼売
	一口ゼリー	玉子焼き
	さつまいも煮	一口ゼリー
	ポテトサラダ	さつまいも煮
	ほうれん草お浸し	

奥越高原青少年自然の家 おにぎり弁当献立

2個入りおにぎり弁当		
献立名	原材料	アレルギー
ゆかりおにぎり	福井県産こしひかり、乾海苔、塩蔵赤しそ（赤しそ、食塩、梅酢）、食塩、砂糖/調味料（アミノ酸等）、酸味料	
わかめおにぎり	福井県産こしひかり、乾海苔、塩蔵わかめ、食塩、砂糖/調味料（アミノ酸等）	えび、かにの生息域で採取しています
たくあん	大根、漬け原材料（食塩、発酵調味料、たん白加水分解物、米ぬか）/ソルビトール、調味料（アミノ酸等）、酒精、甘味料（サッカリンNa、ステビア、甘草）、酸味料、保存料（ソルビン酸K）、酸化防止剤（V.C）、メタリン酸Na、着色料（黄4）	小麦・大豆
スパゲティソテー	小麦、食塩、こしょう、大豆白絞油	小麦・大豆
メンチカツ	粒状植物性たん白、鶏肉、たまねぎ、パン粉、味付豚肉（豚肉、香辛料）、豚脂、牛脂、糖類（水あめ、砂糖）、しょうゆ、すりおろしにんにく、食塩、香辛料、ビーフエキス、調味エキス、酵母パウダー、衣（パン粉、小麦粉、粉末水あめ、でん粉、粉末油脂、粉末状植物性たん白、食塩）、大豆白絞油/加工デンプン、調味料（アミノ酸等）、乳化剤、膨張剤、増粘剤（グアー）、香料、酸味料	小麦・大豆・乳成分・牛肉・鶏肉・豚肉
玉子焼き	卵、食塩、かつお節抽出液、たん白加水分解物、食塩、かつおエキス、大豆白絞油/調味料（アミノ酸等）、安定剤（キサンタン）	卵・大豆
かまぼこ	魚肉すり身、でん粉、卵白、発酵調味料、食塩、魚介エキス/調味料（アミノ酸等）、保存料（ソルビン酸K）、甘味料（ステビア、甘草）、貝Ca、赤色106号	小麦・卵
一口ゼリー	異性化液糖、濃縮果汁（アップル、グレープ、オレンジ、ピーチ、パイナップル）、砂糖、食塩/ゲル化剤（増粘多糖類）、酸味料、香料、甘味料（ソルビトール）、着色料（紅花黄、クチナシ、アカキャベツ）	りんご・オレンジ・もも
さつまいも煮	さつまいも、砂糖、醤油	小麦・大豆
ポテトサラダ	じゃがいも、マヨネーズ、たまねぎ、にんじん、とうもろこし、植物油、マルトオリゴ糖、砂糖、調味液（砂糖、還元水あめ、食塩、卵黄、醸造酢、酵母エキス）、食塩、香辛料/増粘剤（加工でん粉、キサンタンガム）、酢酸ナトリウム、グリシン、調味料（アミノ酸等）、カロチノイド色素、香辛料抽出物	卵・大豆
ほうれん草お浸し	ほうれん草、醤油	小麦・大豆
【 代替食 】		
鶏の唐揚げ	鶏肉、衣（とうもろこし粉、でん粉、小麦粉、食塩、しょうゆ、にんにく、糖類（砂糖、ぶどう糖）、しょう油、でん粉、砂糖、食塩、しょうが、にんにく、たん白加水分解物、香辛料、揚げ油（大豆油）/調味料（アミノ酸）、炭酸水素Na、膨張剤、増粘剤（グアー）、着色料（カロチノイド）	小麦・大豆・鶏肉
大根なます	大根、人参、醸造酢（アルコール、小麦、米、コーン、食塩、酒かす）、砂糖、食塩	小麦

奥越高原青少年自然の家 おにぎり弁当献立

3個入りおにぎり弁当		
献立名	原材料	アレルギー
ゆかりおにぎり	福井県産こしひかり、乾海苔、塩蔵赤しそ（赤しそ、食塩、梅酢）、食塩、砂糖/調味料（アミノ酸等）、酸味料	
わかめおにぎり	福井県産こしひかり、乾海苔、塩蔵わかめ、食塩、砂糖/調味料（アミノ酸等）	えび、かにの生息域で採取しています
おかかおにぎり	福井県産こしひかり、乾海苔、味付けわかめ（わかめ、食塩、還元水あめ、酵母エキス粉末、砂糖、デキストリン、粉末油脂）、かつお削り節、いりごま、食塩、砂糖、しょうゆ、パーム油、かつお節粉、みりん、酵母エキス粉末/調味料（アミノ酸等）、カロチノイド色素、酸化防止剤（ビタミンE）	小麦・ごま・大豆
たくあん	大根、漬け原材料（食塩、発酵調味料、たん白加水分解物、米ぬか）/ソルビトール、調味料（アミノ酸等）、酒精、甘味料（サッカリンNa、ステビア、甘草）、酸味料、保存料（ソルビン酸K）、酸化防止剤（V.C）、メタリン酸Na、着色料（黄4）	小麦・大豆
スパゲティソテー	小麦、食塩、こしょう、大豆白絞油	小麦・大豆
鶏の唐揚げ	鶏肉、衣（とうもろこし粉、でん粉、小麦粉、食塩、しょうゆ、にんにく、糖類（砂糖、ぶどう糖）、しょう油、でん粉、砂糖、食塩、しょうが、にんにく、たん白加水分解物、香辛料、揚げ油（大豆油）/調味料（アミノ酸）、炭酸水素Na、膨張剤、増粘剤（グアー）、着色料（カロチノイド）	小麦・大豆・鶏肉
蒸し焼売	野菜（たまねぎ、グリーンピース）、食肉（鶏肉、豚肉）、つなぎ（小麦粉、ゼラチン、粉末卵白）、豚脂、粒状植物性たん白、砂糖、食塩、しょうゆ、たん白加水分解物、ぶどう糖、香辛料、ラード、チキンエキスパウダー、ポークエキスパウダー、皮（小麦粉、粉末状植物性たん白、大豆粉）/加工でん粉、調味料（アミノ酸等）	小麦・卵・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
玉子焼き	卵、食塩、かつお節抽出液、たん白加水分解物、食塩、かつおエキス、大豆白絞油/調味料（アミノ酸等）、安定剤（キシタン）	卵・大豆
一口ゼリー	異性化液糖、濃縮果汁（アップル、グレープ、オレンジ、ピーチ、パイナップル）、砂糖、食塩/ゲル化剤（増粘多糖類）、酸味料、香料、甘味料（ソルビトール）、着色料（紅花黄、クチナシ、アカキャベツ）	りんご・オレンジ・もも
さつまいも煮	さつま芋、砂糖、醤油	小麦・大豆
【 代替食 】		
メンチカツ	粒状植物性たん白、鶏肉、たまねぎ、パン粉、味付豚肉（豚肉、香辛料）、豚脂、牛脂、糖類（水あめ、砂糖）、しょうゆ、すりおろしにんにく、食塩、香辛料、ビーフエキス、調味エキス、酵母パウダー、衣（パン粉、小麦粉、粉末水あめ、でん粉、粉末油脂、粉末状植物性たん白、食塩）、大豆白絞油/加工デンプン、調味料（アミノ酸等）、乳化剤、膨張剤、増粘剤（グアー）、香料、酸味料	小麦・大豆・乳成分・牛肉・鶏肉・豚肉