

奥越高原青少年自然の家 4～6月献立

A				
献立名	原材料	アレルギー	代替品	
ごはん	福井県産精白米			
味噌汁 (豆腐、揚げ)	豆腐、カット揚げ、味噌、大豆 (遺伝子組み換えでない)、植物油、配合調味料/でん粉、ゼラチン、安定剤 (加工でん粉)、豆腐用凝固剤、凝固剤	大豆・ゼラチン		
ミートオムレツ	液卵、野菜 (玉ねぎ、人参)、でん粉、粒状大豆たん白、食肉 (鶏肉、豚肉)、砂糖、パン粉 (乳成分を含む)、豚脂、食塩、醸造酢、ポークエキス、香辛料、小麦粉、植物油、焼き油 (大豆油) / 糊料 (加工でん粉、グアーガム)、調味料 (アミノ酸)、着色料 (ビタミンB2、カロテン)	卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・乳	ホッケ塩焼き	
野菜春巻き	具材 (キャベツ、人参、玉ねぎ、春雨、たけのこ、コーンスターチ、ラード、ブドウ糖、水あめ、醤油、ごま油、食塩、オイスターソース、調味料 (アミノ酸)、生姜、黒コショウ、皮 (小麦粉、乳化剤、食塩、ブドウ糖)、大豆白絞油	小麦・大豆・豚肉・ごま	鶏唐揚げ	
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、ブドウ糖、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 えび、かに、乳成分を含む製品と同じ設備で製造しています	揚げぎょうざ	
千切りキャベツ	キャベツ			
ミニカップ磯のり	醤油 (国内製造)、のり、砂糖、水あめ、発酵調味料、還元水あめ、澱粉/調味料 (アミノ酸等)、カラメル色素、増粘剤 (タマリンドガム)、保存料 (ソルビン酸K)	小麦・大豆	除去	
マカロニサラダ	マカロニ (国内製造)、マヨネーズ、にんじん、砂糖、たまねぎ、調味液 (還元水あめ、水あめ、食塩、卵黄、醸造酢、砂糖、酵母エキス)、食塩、醸造酢、香辛料/増粘剤 (加工でん粉、キサンタンガム)、調味料 (アミノ酸等)、グリシン、香辛料抽出物	小麦・大豆・卵	金平ごぼう	
かつおぶりかけ	いりごま、乳糖、砂糖、すりごま、小麦粉、鯉り節、食塩、還元水あめ、醤油、のり、マーガリン、パーム油、鯉節粉、みりん、海藻カルシウム、大豆加工品、エキス (鯉節、酵母)、乳製品、ぶどう糖果糖液糖、抹茶、イースト、でん粉、デキストリン/調味料 (アミノ酸等)、着色料 (カラメル、紅麹、カロチノイド)、酸化防止剤 (ビタミンE)、香料	乳成分・小麦・ごま・大豆	除去	
【 代替食 】				
ホッケの塩焼き	シマホッケ (米国又はロシア)、食塩			
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、ブドウ糖)、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、大豆白絞油/調味料 (アミノ酸等)、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		
揚げぎょうざ	野菜 (キャベツ、たまねぎ、にら)、粒状植物性たん白、ラード、豆腐、しょうゆ、植物油、発酵調味料、食塩、かきエキス、香辛料、皮 (小麦粉、でん粉、植物油、食塩、粉末状植物性たん白)、大豆白絞油、調味料 (アミノ酸)、ソルビトール、乳化剤、香料、香辛料抽出物	小麦・大豆・豚肉 えび・乳成分を含む製品と同じ設備で製造しています		
金平ごぼう	ごぼう、にんじん、醤油、砂糖、食塩、ごま油/調味料 (アミノ酸等)、クエン酸、安定剤 (キサンタン)、pH調整剤、メタリン酸Na、酸化防止剤 (v.c)	小麦・大豆・ごま		
昼食				
ハヤシライス	福井県産精白米、牛肉、玉ねぎ、きのこミックス (ひらたけ、マッシュルーム、エリンギ、乾しいたげ)、コンソメ、ハヤシウ【小麦粉、食用油脂 (豚脂、植物油)、砂糖、食塩、フラウンルウ、トマトパウダー、でんぶん、粉末ソース、トマト調味料/着色料 (カラメル、パブリカ色素)、加工デンプン、調味料 (アミノ酸等)、酸味料)、植物性たん白、食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、食用植物油、野菜エキスパウダー、ビーフエキスパウダー、香辛料/調味料 (アミノ酸等)、カラメル色素、香料、安定剤 (加工でん粉)、トレハロース、調味料 (有機酸等)、貝Ca、増粘多糖類、ビタミンB1	小麦・大豆・牛肉・豚肉		
マカロニサラダ	マカロニ、マヨネーズ、人参、砂糖、玉ねぎ、調味液 (還元水あめ、水あめ、食塩、卵黄、醸造酢、砂糖、酵母エキス)、食塩、醸造酢、香辛料/増粘剤 (加工でん粉、キサンタンガム)、調味料 (アミノ酸等)、グリシン、香辛料抽出物	卵・小麦・大豆	揚げぎょうざ	
夕食				
ごはん	福井県産精白米			
コーンスープ	スイートコーン、小麦粉、デキストリン、クレーミングパウダー、砂糖、でん粉、食塩、乳糖、食用加工油脂、チーズ、酵母エキス、香辛料、酵母エキス調味料、とうもろこし/調味料 (アミノ酸等)、増粘剤 (グアーガム)、香料	小麦・乳成分・牛肉・大豆	すまし汁	
ハンバーグ	牛肉、豚肉、粒状植物性たん白、玉ねぎ、つなぎ (パン粉、鶏卵)、ソテーオニオン、糖類 (ぶどう糖、砂糖)、発酵調味料、牛乳、しょうゆ、食塩、ビーフオイル、ビーフエキス、にんにくペースト、トマトペースト、香辛料、ゼラチン、ワイン、ポークブイヨン/加工でん粉、調味料 (アミノ酸等)、リン酸塩 (Na)、香料、着色料 (カラメル)、ゲル化剤 (増粘多糖類)、乳酸Ca	小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・豚肉・ゼラチン	ハンバーグ (小麦・卵・乳不使用)	
デミグラスソース	デミグラスソース (野菜ペースト、小麦粉)、糖類 (水あめ、砂糖)、トマトペースト、醸造酢、ビーフ香味ペースト、食塩、酵母エキス/増粘剤 (加工でん粉)、カラメル色素、調味料 (アミノ酸等)	小麦・乳成分・牛肉・大豆・りんご・ゼラチン	ケチャップ	
スパゲティナポリタン	めん (スパゲティ (デュラム小麦のセモリナ)、野菜 (玉ねぎ、人参、にんにく)、トマトケチャップ、植物油、トマトペースト、砂糖、食塩、ウスターソース、香辛料/増粘剤 (加工でん粉、キサンタンガム)、調味料 (アミノ酸等) 着色料 (カラメル)	小麦・大豆		
茹でとうもろこし	とうもろこし、食塩			
あらびきウインナー	豚肉、豚脂肪、食塩、香辛料、糖類 (ぶどう糖、砂糖)、結着材料 (でん粉、卵たん白)、脱脂粉乳/調味料 (アミノ酸等)、リン酸塩 (Na、K)、酸化防止剤 (ビタミンC)、発色剤 (亜硝酸Na)	小麦・卵・乳成分・豚肉	チキンナゲット	
さつまいも甘露煮	さつまいも、水あめ、砂糖、食塩/ビタミンC、クチナシ黄色素、増粘多糖類			
茹でブロッコリー	ブロッコリー、食塩			
オレンジゼリー	オレンジ果汁 (濃縮還元)、砂糖/ゲル化剤 (増粘多糖類)、ビタミンC、クエン酸鉄Na、香料	オレンジ		
* 鶏の竜田揚げ	鶏肉、でん粉、小麦粉、しょうゆ、しょうが、食塩、にんにく、砂糖、大豆油、ごま油、こしょう、大豆白絞油/加工でん粉、pH調整剤、調味料 (アミノ酸等)、トレハロース、増粘剤	小麦・大豆・鶏肉・ごま		
【 代替食 】				
すまし汁	豆腐 (大豆)、でん粉、ゼラチン/安定剤 (加工でん粉)、豆腐用凝固剤)、食塩、砂糖、風味調味料 (かつお節粉末、かつおエキス、昆布粉末)、酵母エキス/調味料 (アミノ酸等)	大豆・ゼラチン		
揚げぎょうざ	野菜 (キャベツ、たまねぎ、にら)、粒状植物性たん白、ラード、豆腐、しょうゆ、植物油、発酵調味料、食塩、かきエキス、香辛料、皮 (小麦粉、でん粉、植物油、食塩、粉末状植物性たん白)、大豆白絞油、調味料 (アミノ酸)、ソルビトール、乳化剤、香料、香辛料抽出物	小麦・大豆・豚肉 えび・乳成分を含む製品と同じ設備で製造しています		
うす味ハンバーグ	鶏肉、豚肉、玉ねぎ、豚脂、粒状植物性たん白、砂糖、ぶどう糖、食塩、酵母エキス、トマトペースト、香辛料、にんにくペースト、小麦不使用しょうゆ、しょうがペースト/加工デンプン、炭酸Ca、セルロース、ピロリン酸第二鉄	大豆・鶏肉・豚肉		
ケチャップ	トマト、果糖ぶどう糖液糖、醸造酢、食塩、玉ねぎ、香辛料			
チキンナゲット	鶏肉、しょうゆ、砂糖、香辛料、食塩、衣 (小麦粉、コーンフラワー、小麦でん粉、タピオカでん粉、コーンスターチ、大豆たん白、食塩、香辛料)、揚げ油 (大豆油) / 調味料 (アミノ酸)、リン酸塩 (Na)、くん液、膨張剤、増粘剤 (キサンタンガム)、着色料 (パブリカ色素)	小麦・大豆・鶏肉		