

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	代替品
ゆかりおにぎり	福井県産精白米、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	福井県産精白米、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	塩おにぎり
おかかおにぎり	福井県産精白米、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・大豆・ごま	
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	
ミニ白身フライ	タラ、衣（パン粉、小麦粉、でん粉、食塩）、大豆白絞油/調味料（アミノ酸）、増粘剤（グァーガム）、パプリカ色素	小麦・大豆	
ミニ野菜コロッケ	野菜（ばれいしょ、人参）砂糖、香辛料、衣（パン粉、小麦粉、コーンフラワー、食塩）、大豆白絞油/調味料（アミノ酸等）、増粘剤（グァーガム）、パプリカ色素	小麦・大豆 *コンタミ：えび・かに・乳・ごま	
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
ふっくら プレーンオムレツ	液卵、でん粉、砂糖、乾燥卵白、食塩、植物油脂、醸造酢、みりん/調味料（アミノ酸等）、膨張剤、着色料（カロチノイド）	卵・大豆 *コンタミ：えび・かに・小麦・乳・牛肉・ごま・さば・鶏肉・豚肉・りんご・魚介類	ミニ白身フライ
ボイルブロッコリー	ブロッコリー、食塩		
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 *乳成分を含む製品と同じ設備で製造しています	キャンディチーズ
【 代替食 】			
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、植物油脂、発酵調味料、食塩、かきエキス、香辛料、皮（小麦粉、でん粉、植物油脂、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 えび・乳成分を含む製品と同じ設備で製造しています	
ミニ白身フライ	タラ、衣（パン粉、小麦粉、でん粉、食塩）、大豆白絞油/調味料（アミノ酸）、増粘剤（グァーガム）、パプリカ色素	小麦・大豆	
キャンディチーズ	ナチュラルチーズ/乳化剤		