

奥越高原青少年自然の家 7～9月献立

	A			
	献立名	原材料	アレルギー	代替品
朝食	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）、植物油脂、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、植物油脂、焼き油（大豆油）/糊料（加工でん粉、グァーガム）、調味料（アミノ酸）、着色料（ビタミンB2、カロテン）	卵・小麦・大豆・豚肉・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）、大豆白皎油	小麦・大豆・豚肉・ごま	チキンナゲット
	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
	かつおふりかけ	いりごま、乳糖、砂糖、すりごま、小麦粉、鰹節り節、食塩、還元水あめ、醤油、のり、マーガリン、バーム油、鰹節粉、みりん、海藻カルシウム、大豆加工品、エキス（鰹節、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		
	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（パプリカ色素）	小麦・大豆・鶏肉	
昼食	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）、大豆白皎油、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）、p h調整剤、メタリン酸Na、酸化防止剤（vc）	小麦・大豆・ごま	
夕食	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、乾しいたけ）、コンソメ、ハヤシルウ【小麦粉、食用油脂（豚脂、植物油脂）、砂糖、食塩、ブラウンルウ、トマトパウダー、でんぷん、粉末ソース、トマト調味料/着色料（カラメル、パプリカ色素）、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、食用植物油脂、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、クリーミングパウダー、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（グァーガム）、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）、ソーテオニオン、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、植物油脂、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、大豆白皎油/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）、大豆白皎油、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（パプリカ色素）	小麦・大豆・鶏肉	