山口徳地青少年自然の家　2026年10月～12月

■　No.1(昼食)　　10月(3.9.15.21.27日)、11月(2.8.14.20.26日)、12月(2.8.14.20.26日)

2026年9月24日作成

メニュー名	材料名	原材料	アレルゲン	コンタミ
ごはん	精白米	湾米100%(台湾産)		
ツナスパゲティ	スパゲティー	デュラム小麦のセモリナ ／［添加物］	小麦	
	精製塩	天日塩(メキシコ)/炭酸マグネシウム ／［添加物］		
	玉ねぎスライス(凍)	玉ねぎ ／［添加物］		
	ライトツナフレーク	まぐろ、大豆油、野菜スープ、食塩／調味料(アミノ酸)、(一部に大豆を含む) ／［添加物］	大豆	
	昆布だしの素	食塩(国内製造、韓国製造)、砂糖類(グラニュー糖、ぶどう糖)、昆布粉末、昆布エキス／調味料(アミノ酸等)／［添加物］		
	精製塩	天日塩(メキシコ)/炭酸マグネシウム ／［添加物］		
	濃口しょうゆ	食塩(メキシコ製造又はオーストラリア製造)、脱脂加 工大豆、小麦／アルコール ／［添加物］	小麦・大豆	
	オリーブオイル	食用オリーブ油 ／［添加物］		
回鍋肉	植物油	食用大豆油(国内製造)、食用なたね油、食用とうもろこし油		
	豚こま肉	豚こま肉 ／［添加物］	豚肉	
	生にんにく	にんにく(中国)／pH調整剤 ／［添加物］		
	キャベツ	キャベツ		
	玉ねぎスライス	玉ねぎ ／［添加物］		
	にんじん	にんじん		
	もやし	もやし		
	丸鶏がらスープの素	食塩(国内製造)、デキストリン、チキンエキスパウダー、鶏脂、オニオンエキスパウダー、丸鶏パウダー、キャベツエキスパウダー、こしょう、にんじんエキスパウダー、酵母エキスパウダー//調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、(一部に鶏肉を含む) ／［添加物］	鶏肉	
	回鍋肉用ソース	しょうゆ(国内製造)、香味油(コーン油、豆板醤、ガーリックペースト)、砂糖、トウチ、還元澱粉糖化物、食用大豆油、たん白加水分解物、甜麺醤、豆みそ、老酒調製品、でん粉、食塩、りんごピューレ、香辛料、発酵調味料／カラメル色素、調味料(アミノ酸)、増粘多糖類、(一部に小麦・大豆・りんごを含む) ／［添加物］	小麦・大豆・りんご	
	片栗粉	加工でん粉(ばれいしょ・遺伝子組換えでない) ／［ 添加物］		大豆
メンチカツ	メンチカツ	パン粉(国内製造)、食肉(鶏肉、豚肉、牛肉)、玉ねぎ、豚脂、粒状植物性タンパク、砂糖、食塩、コショウ、果実酒、大豆粉、食用油脂／増粘剤(加工でんぷん、増粘多糖類)、調味料(アミノ酸)、ポリリン酸Na、pH調整剤、グリシン、香料、カロテノイド色素、(一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・牛肉を含む) ／［添加物］	小麦・乳・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉	
	揚げ油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］		
さつまいもサラダ	さつまいもサラダ	さつまいも、ドレッシング(食用植物油脂、鶏卵、醸造酢、食塩、砂糖、香辛料、加糖練乳、レモン果汁パウダー)、砂糖、乳たんぱく、卵白粉末／グリシン、酢酸Na、増粘多糖類、調味料(アミノ酸等)、クチナシ色素、香辛料抽出物、ミョウバン、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆を含む) ／［添加物］	小麦・卵・乳・大豆	
塩肉じゃが	植物油	食用大豆油(国内製造)、食用なたね油、食用とうもろこし油		
	豚小間	豚ウデ肉 ／［添加物］	豚肉	
	人参いちょう切り(凍)	にんじん／［添加物］		
	玉葱スライス(凍)	玉ねぎ ／［添加物］		
	乱切りポテト(凍)	じゃがいも／［添加物］		
	つきこん黒	こんにゃく精粉(群馬県産)、海藻粉／水酸化カルシウム ／［添加物］		
	昆布だしの素	食塩(国内製造、韓国製造)、砂糖類(グラニュー糖、ぶどう糖)、昆布粉末、昆布エキス／調味料(アミノ酸等)／［添加物］		
	上白糖	原料糖(オーストラリア製造又は国内製造又はその他) ／［添加物］		
	精製塩	天日塩(メキシコ)/炭酸マグネシウム ／［添加物］		
コーン入り中華スープ	丸鶏がらスープの素	食塩(国内製造)、デキストリン、チキンエキスパウダー、鶏脂、オニオンエキスパウダー、丸鶏パウダー、キャベツエキスパウダー、こしょう、にんじんエキスパウダー、酵母エキスパウダー//調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、(一部に鶏肉を含む) ／［添加物］	鶏肉	
	精製塩	天日塩(メキシコ)/炭酸マグネシウム ／［添加物］		
	カーネルコーン(凍)	スウィートコーン ／［添加物］		大豆
		玉ねぎ ／［添加物］		
野菜サラダ	キャベツ	キャベツ		
	人参	にんじん		
漬物日替わり	さくら漬け	大根、漬け原材料〔食塩、醸造酢〕/酸味料、調味料(ア ミノ酸)、甘味料(サッカリンNa)、着色料(赤106、赤1 02) ／［添加物］		
	つぼ漬け	大根、漬け原材料〔食塩、しょうゆ、アミノ酸液〕／調 味料(アミノ酸等)、酸味料、甘味料(サッカリンNa、 ステビア)、保存料(ソルビン酸K)、着色料(黄4号、 黄5号)、(一部に小麦・大豆を含む) ／［添加物］	小麦・大豆	
	小梅	小梅、漬け原材料［食塩、醸造酢］／酸味料、ソルビット、調味料(アミノ酸等)、着色料(赤102)、甘味料(ステビア)		
ゆかり	ゆかり	塩蔵赤しそ(赤しそ(中国、日本)、食塩、梅酢)、食塩、砂糖／調味料(アミノ酸等)、酸味料 ／［添加物］調味料(アミノ酸等)、酸味料		
ドレッシング	イタリアン ドレッシング(LG)	食用植物油脂(国内製造、イタリア製造)、醸造酢、果糖ぶどう糖液糖、食塩、濃縮レモン果汁、トマトペースト、香辛料、乾燥たまねぎ、乾燥赤ピーマン、乾燥パセリ／調味料(アミノ酸等)、増粘剤(キサンタン)、(一部に大豆を含む) ／［添加物］	大豆	
	青じそドレッシング	醸造酢(国内製造)、果糖ぶどう糖液糖、醤油、食塩、調味梅肉、ほたてエキス、かつお節エキス、乾燥青じそ／調味料(アミノ酸等)、増粘剤(キサンタン)、香料、甘味料(スクラロース)、(一部に小麦・大豆を含む)	小麦・大豆	
	フレンチドレッシング (白)	ぶどう糖果糖液糖(国内製造)、食用植物油脂、醸造酢、食塩、オニオンエキス、卵黄・増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(アミノ酸)、香辛料抽出物、(一部に卵・大豆を含む)	卵・大豆	
	すりおろしにんじんドレッシング	食用植物油脂(国内製造)、にんじん酢漬、砂糖、にんじんピューレー、たまねぎ酢漬、醸造酢、食塩、乾燥たまねぎ、濃縮オレンジ果汁、レモン果皮／増粘剤(キサンタンガム)、調味料(アミノ酸)、セルロース、香料、カロチノイド色素、香辛料抽出物、(一部にオレンジ・大豆・りんごを含む) ／［添加物］	オレンジ・大豆・りんご	

献立を確認しました。

氏名：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

※除去食材が無い方はチェックを入れてください□