山口徳地青少年自然の家　2026年10月～12月

■　No3（昼食）　　10月（5.11.17.23.29日）、11月（4.10.16.22.28日）、12月（4.10.16.22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）		
チャプチェ	もやし	もやし		
	緑豆春雨	緑豆、エンドー豆 ／［添加物］		
	中華野菜ミックス（凍）	たけのこ、いんげん、にんじん、ヤングコーン、くわい、きくらげ、マッシュルーム ／［添加物］		
	玉葱スライス（凍）	玉ねぎ／［添加物］		
	にら	にら		
	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		
	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	
	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］		
	麻辣油	食用なたね油（国内製造）、唐辛子、花椒、食塩、にんにく、醸造酢／パプリカ色素、酸化防止剤（ビタミンE）／［添加物］		
	ガーリックパウダー	ガーリック（中国）、でん粉、食塩／調味料（アミノ酸）、増粘剤（グァーガム）／［添加物 ］		
ポテトのミートソース焼き	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		
	じゃが芋ダイス	じゃが芋 ／［添加物］		
	玉葱スライス（凍）	玉ねぎ ／［添加物］		
	スライスピーマン三色	ピーマン（緑・赤・黄）／［添加物］		
	ミートソース	玉ねぎ、トマトペースト、植物油脂、砂糖、食塩、還元水あめ、動物油脂、粒状植物性たん白、にんにく、乾燥玉ねぎ、牛肉、乳等を主原料とする食品、香辛料、畜肉エキス／増粘剤（加工デンプン、キサンタンガム）、酸味料、調味料（アミノ酸等）、乳化剤、香料、（一部に小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉を含む）／［添加物］	小麦・乳・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉	
	ドライパン粉	小麦粉（国内製造）、植物性ショートニング、イースト、ぶどう糖、食塩 ／［添加物］イーストフード・ビタミンC	小麦	大豆
	精製塩	天日塩（メキシコ）/炭酸マグネシウム ／［添加物］		
	パセリ缶	パセリ ／［添加物］		
揚げ餃子	餃子	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、はっ酵調味料、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）／調味料（アミノ酸）、ソルビトール、乳化剤、香料、香辛料抽出物、（一部に小麦・大豆・豚肉を含む）／［添加物］	小麦・大豆・豚肉	えび・卵・乳
	揚げ油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン		
厚揚げの煮物	生おろし生姜	しょうが加工品、しょうが／酸化防止剤（V.C）、pH調 整剤、増粘剤（キサンタンガム）／［添加物］		
	（凍）絹厚揚げ	丸大豆、デキストリン、でん粉、ぶどう糖、揚げ油（植物油脂）／豆腐用凝固剤、（一部に大豆を含む）／［添加物］	大豆・米	
	大根いちょう切り（凍）	だいこん／［添加物］		
	さといも乱切り（凍）	さといも／［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］		
	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	
	精製塩	天日塩（メキシコ）/炭酸マグネシウム ／［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	
青葉のすまし汁	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］		
	業務用だしの素	食塩（国内製造）、ぶどう糖、風味原料（かつおぶし粉末、そうだかつおぶし粉末、かつおエキス、乾しいたけ粉末）、たん白加水分解物／調味料（アミノ酸等）		
	精製塩	天日塩（メキシコ）/炭酸マグネシウム ／［添加物］		
	小松菜（凍）	小松菜／［添加物］		
	ほうれん草（凍）	ほうれん草 ／［添加物］		
	人参（凍）	にんじん／［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□

※仕入れの都合により、食材が一部変更になる場合がございます。ご了承ください。