山口徳地青少年自然の家　2026年10月～12月

■　No6（昼食）　　10月（2.8.14.20.26日）、11月（1.7.13.19.25日）、12月（1.7.13.19.25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）		
醤油焼きうどん	麺伝讃岐うどん	めん（小麦粉（国内製造）、食塩／加工でん粉）／［添加物］	小麦	
	豚小間	豚もも肉 ／［添加物］	豚肉	
	玉葱スライス15ミリ（凍）	玉ねぎ／［添加物］		
	キャベツ	キャベツ		
	人参	にんじん		
	スライスピーマン三色	ピーマン（緑・赤・黄）／［添加物］		
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［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］		
	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］		
	花かつお	かつおのふし ／［添加物］		
牛肉とピーマンの中華炒め	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］		
	牛バラ	牛肉（豪州産）、牛肉（カナダ産）、牛肉（アメリカ産）／［添加物］	牛肉	鶏肉・豚肉
	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 ］		
	キャベツ	キャベツ		
	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］		大豆
	スライスピーマン三色	ピーマン（緑・赤・黄）／［添加物］		
	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］		
	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］		
れんこん肉詰めフライ	れんこん肉詰めフライ	れんこん、肉だね（野菜（キャベツ、玉ねぎ）、鶏肉、パン粉、鶏皮、でん粉、ブドウ糖、食塩、大豆たん白、しょうゆ、香辛料、にんにく）、衣（パン粉、小麦粉、でん粉、食塩）／調味料（アミノ酸）、増粘剤（グァーガム）、乳化剤、ピロリン酸Na、パプリカ色素、酸化防止剤（クエン酸）、（一部に小麦・大豆・鶏肉を含む）／［添加物］	小麦,大豆,鶏肉	卵、乳成分、えび、いか、牛肉、豚肉、ゼラチン
	揚げ油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン		
青菜のお浸し	もやし	もやし		
	ほうれん草	ほうれん草 ／［添加物］		
	大根イチョウ切り（凍）	だいこん／［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］		
	精製塩	天日塩（メキシコ）/炭酸マグネシウム ／［添加物］		
	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］		
ポテトサラダ	ポテトサラダ	ばれいしょ、ドレッシング（食用植物油脂、卵黄、醸造酢、食塩、乳たんぱく、砂糖）、にんじん、たまねぎ、砂糖、食塩、醸造酢、香辛料／調味料（アミノ酸）、増粘多糖類、酵素、香辛料抽出物、（一部に小麦・卵・乳成分・大豆を含む）／［添加物］	小麦・卵・乳・大豆	
トマトスープ	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］		
	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］		
	トマトケチャップ	トマト（輸入）、果糖ぶどう糖液糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料 ／［添加物］		
	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	
	カーネルコーン（凍）	スウィートコーン ／［添加物］		大豆
	玉葱スライス5ミリ（凍）	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□