

アレルギー対応メニュー

令和6年度
葛川少年自然の家
★【朝食】ごはん（ハンバーグ）

| | 料理／食品・規格 | 使用量 | アレルギー | 原材料 |
|--------------------------------------|------------------------------|--------|------------------------------|--|
| 朝食 | <主食>ごはん | | | |
| | 米（ブレンド米）（国産） | 100 g | | 米 |
| | <主菜>★鶏肉のケチャップソテー | | | |
| | 鶏もも（皮なし）（25-35g）（スターゼン） | 60 g | 鶏肉 | 皮無し鶏もも |
| | 食塩 | 0.06 g | | 海水 |
| | 油（サラダ油）（日清オイリオ） | 0.6 g | 大豆 | 食用大豆油・食用なたね油 |
| | トマトケチャップ（チューブ） （キッコーマン食品） | 6 g | | トマト・糖類（ぶどう糖果糖液糖、砂糖）・醸造酢・食塩・たまねぎ・香辛料 |
| | 砂糖 | 3 g | | 原料糖 |
| | <副菜>ブロッコリーのおかか和え | | | |
| | ブロッコリー（冷凍） ミニ | 80 g | | ブロッコリー |
| | 人参（国産） | 20 g | | にんじん |
| | 濃口醤油（ヤマサ醤油） | 3.6 g | 小麦・大豆 | 脱脂加工大豆・小麦・食塩・大豆・保存料（安息香酸Na） |
| | 本みりん（ミツカン） | 1.2 g | | もち米（越南産、国産）・米こうじ（越南産米、国産米）・糖類（国内製造）・醸造アルコール |
| | 水 | 18 g | | |
| | だしパック 桜印(75g)（マルハチ村松） | 0.24 g | さば | さば節（国内製造）・いわし節・かつお節・かつお・まぐろエキス・むろ節・そうだかつお節・酵母エキス |
| | 花かつお（マルハチ村松） | 0.6 g | | かつおのふし（国内製造） |
| | <副菜>ひじき豆 | | | |
| | ひじき（乾） 芽 | 4 g | | ひじき |
| | 人参（国産） | 5 g | | にんじん |
| | 大豆 水煮（大）（ジェフサ） | 10 g | 大豆 | 大豆・漂白剤（次亜硫酸Na）・酸化防止剤（VC）・酸味料（一部に大豆を含む） |
| | 油（サラダ油）（日清オイリオ） | 1.6 g | 大豆 | 食用大豆油・食用なたね油 |
| | 濃口醤油（ヤマサ醤油） | 3 g | 小麦・大豆 | 脱脂加工大豆・小麦・食塩・大豆・保存料（安息香酸Na） |
| | 砂糖 | 1 g | | 原料糖 |
| | 本みりん（ミツカン） | 1 g | | もち米（越南産、国産）・米こうじ（越南産米、国産米）・糖類（国内製造）・醸造アルコール |
| | だしパック 桜印(75g)（マルハチ村松） | 0.24 g | さば | さば節（国内製造）・いわし節・かつお節・かつお・まぐろエキス・むろ節・そうだかつお節・酵母エキス |
| | 水 | 30 g | | |
| | <汁物>★わかめのみそ汁 | | | |
| | わかめ（乾）（ジェフサ） | 0.3 g | | 湯通し塩蔵わかめ |
| | 玉ねぎ | 15 g | | 玉葱 |
| | 赤みそ（ハナマルキ） | 10 g | 大豆 | 大豆・米・食塩 |
| | だしパック 桜印(75g)（マルハチ村松） | 1.6 g | さば | さば節（国内製造）・いわし節・かつお節・かつお・まぐろエキス・むろ節・そうだかつお節・酵母エキス |
| | 水 | 200 g | | |
| <その他>★飲み物（りんごジュース） | | | | |
| 100%りんごジュース LL （200ml/210g）（日本酪農） | 210 g | りんご | りんご（中国、アメリカ）・香料・酸化防止剤（ビタミンC） | |

アレルギー対応メニュー

令和6年度
葛川少年自然の家
★【朝食】ごはん（グリルチキン）

| | 料理/食品・規格 | 使用量 | アレルギー | 原材料 |
|--------------------------------------|------------------------------|--------|------------------------------|--|
| 朝食 | <主食>ごはん | | | |
| | 米（ブレンド米）（国産） | 100 g | | 米 |
| | <主菜>★鶏肉のケチャップソテー | | | |
| | 鶏もも（皮なし）（25-35g）（スターゼン） | 60 g | 鶏肉 | 皮無し鶏もも |
| | 食塩 | 0.06 g | | 海水 |
| | 油（サラダ油）（日清オイリオ） | 0.6 g | 大豆 | 食用大豆油・食用なたね油 |
| | トマトケチャップ（チューブ） （キッコーマン食品） | 6 g | | トマト・糖類（ぶどう糖果糖液糖、砂糖）・醸造酢・食塩・たまねぎ・香辛料 |
| | 砂糖 | 3 g | | 原料糖 |
| | <副菜>ブロッコリーのおかか和え | | | |
| | ブロッコリー（冷凍） ミニ | 80 g | | ブロッコリー |
| | 人参（国産） | 20 g | | にんじん |
| | 濃口醤油（ヤマサ醤油） | 3.6 g | 小麦・大豆 | 脱脂加工大豆・小麦・食塩・大豆・保存料（安息香酸Na） |
| | 本みりん（ミツカン） | 1.2 g | | もち米（越南産、国産）・米こうじ（越南産米、国産米）・糖類（国内製造）・醸造アルコール |
| | 水 | 18 g | | |
| | だしパック 桜印(75g)（マルハチ村松） | 0.24 g | さば | さば節（国内製造）・いわし節・かつお節・かつお・まぐろエキス・むろ節・そうだかつお節・酵母エキス |
| | 花かつお（マルハチ村松） | 0.6 g | | かつおのふし（国内製造） |
| | <汁物>★わかめのみそ汁 | | | |
| | わかめ（乾）（ジェフサ） | 0.3 g | | 湯通し塩蔵わかめ |
| | 玉ねぎ | 15 g | | 玉葱 |
| | 赤みそ（ハナマルキ） | 10 g | 大豆 | 大豆・米・食塩 |
| | だしパック 桜印(75g)（マルハチ村松） | 1.6 g | さば | さば節（国内製造）・いわし節・かつお節・かつお・まぐろエキス・むろ節・そうだかつお節・酵母エキス |
| 水 | 200 g | | | |
| <その他>★飲み物（りんごジュース） | | | | |
| 100%りんごジュース LL （200ml/210g）（日本酪農） | 210 g | りんご | りんご（中国、アメリカ）・香料・酸化防止剤（ビタミンC） | |

アレルギー対応メニュー

令和6年度
葛川少年自然の家
★【朝食】パン

| | 料理/食品・規格 | 使用量 | アレルギー | 原材料 |
|---------------------------------------|-------------------------------|--------|--------------------------------|---|
| 朝食 | <主食>★ごはん | | | |
| | 米 (ブレンド米) (国産) | 100 g | | 米 |
| | <主菜>★鶏肉のケチャップソテー | | | |
| | 鶏もも (皮なし) (25-35g) (スターゼン) | 60 g | 鶏肉 | 皮無し鶏もも |
| | 食塩 | 0.06 g | | 海水 |
| | 油 (サラダ油) (日清オイリオ) | 0.6 g | 大豆 | 食用大豆油・食用なたね油 |
| | トマトケチャップ (チューブ) (キッコーマン食品) | 6 g | | トマト・糖類 (ぶどう糖果糖液糖、砂糖)・醸造酢・食塩・たまねぎ・香辛料 |
| | 砂糖 | 3 g | | 原料糖 |
| | <副菜>ブロッコリーのおかか和え | | | |
| | ブロッコリー (冷凍) ミニ | 80 g | | ブロッコリー |
| | 人参 (国産) | 20 g | | にんじん |
| | 濃口醤油 (ヤマサ醤油) | 3.6 g | 小麦・大豆 | 脱脂加工大豆・小麦・食塩・大豆・保存料 (安息香酸Na) |
| | 本みりん (ミツカン) | 1.2 g | | もち米 (越南産、国産)・米こうじ (越南産米、国産米)・糖類 (国内製造)・醸造アルコール |
| | 水 | 18 g | | |
| | だしパック 桜印(75g) (マルハチ村松) | 0.24 g | さば | さば節 (国内製造)・いわし節・かつお節・かつお・まぐろエキス・むろ節・そうだかつお節・酵母エキス |
| | 花かつお (マルハチ村松) | 0.6 g | | かつおのふし (国内製造) |
| | <汁物>コンソメスープ | | | |
| | 玉ねぎ | 20 g | | 玉葱 |
| | 人参 (国産) | 10 g | | にんじん |
| | パセリ (乾) (エスピー食品) | 0.1 g | | パセリ |
| | コンソメ (理研) | 4 g | 牛肉・大豆 | 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 (一部に牛肉・大豆を含む) |
| | 水 | 200 g | | |
| | 食塩 | 0.3 g | | 海水 |
| こしょう 袋 (甘利香辛食品) | 0.02 g | | コーンフラワー・米粉・胡椒・唐辛子 | |
| <その他>★飲み物 (りんごジュース) | | | | |
| 100%りんごジュース LL (200ml/210g) (日本酪農) | 210 g | りんご | りんご (中国、アメリカ)・香料・酸化防止剤 (ビタミンC) | |

アレルギー対応メニュー

令和6年度
葛川少年自然の家
★【昼食】カツカレー

| | 料理/食品・規格 | 使用量 | アレルギー | 原材料 |
|---------------------------------|----------------------------|--------|--|--|
| 昼食 | <主食>カレーライス | | | |
| | 米(無洗米) (ブレンド米) (国産) | 120 g | | 米 |
| | 豚小間肉 (かしら) | 20 g | 豚肉 | 豚かしら肉 |
| | じゃが芋 (メークイン) | 45 g | | メークイン |
| | 玉ねぎ | 40 g | | 玉葱 |
| | 人参 (国産) | 15 g | | にんじん |
| | 油 (サラダ油) (日清オイリオ) | 3.4 g | 大豆 | 食用大豆油・食用なたね油 |
| | カレールウ (甘口) とろける (エスピー食品) | 20 g | 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・やまいも | 食用油脂 (パーム油、なたね油)・小麦粉・砂糖・食塩・でん粉・カレー粉・ポテトフレーク・ソーダパウダー・白菜エキスパウダー・さつまいもパウダー・香辛料・野菜ペースト・大豆油・なたね油・玉ねぎ・かぼちゃ・ほうれん草・人参・やまいも・モロヘイヤ・脱脂大豆・ミルポワパウダー・デキストリン・玉ねぎエキス・ソテードオニオン・人参エキス・セロリ・ローストキャベツパウダー・酵母エキス調味料 (一部に小麦・大豆・鶏肉・豚肉・やまいもを含む) |
| | トマトケチャップ (チューブ) (キッコーマン食品) | 3 g | | トマト・糖類 (ぶどう糖果糖液糖、砂糖)・醸造酢・食塩・たまねぎ・香辛料 |
| | ウスターソース (小) (エスピー食品) | 3 g | | 野菜 (トマト、玉ねぎ、にんじん、その他)・砂糖・醸造酢・食塩・香辛料・カラメル色素 |
| | コンソメ (理研) | 0.3 g | 牛肉・大豆 | 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 (一部に牛肉・大豆を含む) |
| | 水 | 200 g | | |
| | <主菜>★豚ソテー | | | |
| | 豚ロース 30g | 1 枚 | 豚肉 | 豚ロース |
| | 食塩 | 0.1 g | | 海水 |
| | こしょう 袋 (甘利香辛食品) | 0.02 g | | コーンフラワー・米粉・胡椒・唐辛子 |
| | 油 (サラダ油) (日清オイリオ) | 0.3 g | 大豆 | 食用大豆油・食用なたね油 |
| | <副菜>コールスローサラダ | | | |
| | キャベツ | 35 g | | キャベツ |
| | きゅうり | 10 g | | きゅうり |
| 人参 (国産) | 10 g | | にんじん | |
| レーズン | 2 g | | 干しぶどう・植物油脂 | |
| マヨネーズタイプ (卵不使用) (マヨドレ) (日清オイリオ) | 10 g | | 食用植物油脂 (国内製造)・醸造酢・還元水飴・食塩・濃縮洋梨果汁・濃縮にんじん汁・野菜エキス・酵母エキス・加工でん粉・増粘剤 (キサンタンガム)・調味料 (アミノ酸)・カロテン色素・香辛料 | |

アレルギー対応メニュー

令和6年度
葛川少年自然の家
★【昼食】中華丼（春巻き）

| | 料理/食品・規格 | 使用量 | アレルギー | 原材料 |
|----|----------------------------|--------|------------------|---|
| 昼食 | <主食>中華丼 | | | |
| | 米（無洗米）（ブレンド米）（国産） | 110 g | | 米 |
| | 豚小間肉（かしら） | 40 g | 豚肉 | 豚かしら肉 |
| | 白菜 | 60 g | | 白菜 |
| | 人参 | 20 g | | 人参 |
| | たけのこ（水煮） ホール | 15 g | | たけのこ・pH調整剤（クエン酸） |
| | 小松菜 | 10 g | | 小松菜 |
| | 油（サラダ油）（日清オイリオ） | 4.5 g | 大豆 | 食用大豆油・食用なたね油 |
| | 中華だし（顆粒） 中華あじ（味の素） | 3 g | 牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン | 食塩・チキンエキス・ポークエキス・砂糖・食用風味油・デキストリン・香辛料・酵母エキス調味料・野菜エキス・たん白加水分解物・ゼラチン・酵母エキス・調味料（アミノ酸等）・pH調整剤 |
| | 酒（料理用）（ジェフサ） | 0.8 g | | 醸造調味料（米、アルコール、食塩、米こうじ）・アルコール・水あめ・食塩・クエン酸 |
| | うす口醤油（ヤマサ醤油） | 3.2 g | 小麦・大豆 | 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・果糖ぶどう糖液糖・醸造酢（小麦を含む）・米・大豆・アルコール |
| | 食塩 | 0.4 g | | 海水 |
| | 水 | 130 g | | |
| | でん粉 片栗粉 | 6.4 g | | 馬鈴薯澱粉 |
| | <副菜>★白身魚フライ | | | |
| | 白身魚フライ 25g（ジェフサ） | 1 ケ | 小麦・大豆 | ブタスダラ・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）（一部に小麦・大豆を含む） |
| | 油（サラダ油）（日清オイリオ） | 2.5 g | 大豆 | 食用大豆油・食用なたね油 |
| | <副菜>蒸しシューマイ | | | |
| | しゅうまい 18g（ポーク）（味の素） | 2 ケ | 小麦・大豆・鶏肉・豚肉 | 食肉（豚肉、鶏肉）・野菜（たまねぎ、グリーンピース）・豚脂・でん粉・砂糖・清酒・しょうゆ・食塩・がらスープ・香辛料 【皮】小麦粉・なたね油・大豆粉・調味料（アミノ酸等）・加工でん粉 |
| | <汁物>春雨スープ | | | |
| | 春雨（日本澱粉工業） | 6 g | | 甘藷でん粉・馬鈴薯でん粉 |
| | わかめ（乾）（ジェフサ） | 0.6 g | | 湯通し塩蔵わかめ |
| | おろししょうが（エスピー食品） | 0.8 g | | しょうが・醸造酢・食塩・加工デンプン・酒精・セルロース・酸化防止剤（ビタミンC）・増粘剤（キサンタン）・酸味料・香料 |
| | 中華だし（顆粒） 中華あじ（味の素） | 1.6 g | 牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン | 食塩・チキンエキス・ポークエキス・砂糖・食用風味油・デキストリン・香辛料・酵母エキス調味料・野菜エキス・たん白加水分解物・ゼラチン・酵母エキス・調味料（アミノ酸等）・pH調整剤 |
| | うす口醤油（ヤマサ醤油） | 0.64 g | 小麦・大豆 | 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・果糖ぶどう糖液糖・醸造酢（小麦を含む）・米・大豆・アルコール |
| | 水 | 200 g | | |
| | 酒（料理用）（ジェフサ） | 0.8 g | | 醸造調味料（米、アルコール、食塩、米こうじ）・アルコール・水あめ・食塩・クエン酸 |
| | <デザート>りんごゼリー | | | |
| | りんごゼリー 50g（鉄・Ca）（ヤヨイサンフーズ） | 1 ケ | りんご | りんご果汁（国内製造）・糖類（ぶどう糖、水あめ、グラニュー糖、砂糖）・ゲル化剤（増粘多糖類）・加工デンプン・乳酸Ca・酸味料・香料・クエン酸鉄Na・ビタミンC（一部にりんごを含む） |

アレルギー対応メニュー

令和6年度
葛川少年自然の家
★【夕食】メンチカツ

| | 料理/食品・規格 | 使用量 | アレルギー | 原材料 |
|-------------------------------|---------------------------------|--------|--|--|
| 夕食 | <主食>ご飯 | | | |
| | 米 (ブレンド米) (国産) | 100 g | | 米 |
| | <主菜>★鶏肉の照焼 | | | |
| | 鶏もも (皮なし) (25-35g) (スターゼン) | 120 g | 鶏肉 | 皮無し鶏もも |
| | 油 (サラダ油) (日清オイリオ) | 1.2 g | 大豆 | 食用大豆油・食用なたね油 |
| | 砂糖 上白 | 2.5 g | | 原料糖 |
| | 濃口醤油 (ヤマサ醤油) | 9.6 g | 小麦・大豆 | 脱脂加工大豆・小麦・食塩・大豆・保存料 (安息香酸Na) |
| | 本みりん (ミツカン) | 9.6 g | | もち米 (越南産、国産)・米こうじ (越南産米、国産米)・糖類 (国内製造)・醸造アルコール |
| | 酒 (料理用) (ジェフサ) | 4 g | | 醸造調味料 (米、アルコール、食塩、米こうじ)・アルコール・水あめ・食塩・クエン酸 |
| | <副菜>野菜ビーフン | | | |
| | ビーフン (富士商会) | 15 g | 小麦 | コーンスターチ・小麦粉・米・増粘剤 (CMC)・乳化剤 (グリセリン脂肪酸エステル) |
| | 玉ねぎ | 10 g | | 玉葱 |
| | 人参 (国産) | 5 g | | にんじん |
| | きくらげ (黒) スライス | 1 g | | 裏白木耳 |
| | 油 (サラダ油) (日清オイリオ) | 1.8 g | 大豆 | 食用大豆油・食用なたね油 |
| | 中華だし (顆粒) 中華あじ (味の素) | 0.5 g | 牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン | 食塩・チキンエキス・ポークエキス・砂糖・食用風味油・デキストリン・香辛料・酵母エキス調味料・野菜エキス・たん白加水分解物・ゼラチン・酵母エキス・調味料 (アミノ酸等)・pH調整剤 |
| | 食塩 | 0.1 g | | 海水 |
| | こしょう 袋 (甘利香辛食品) | 0.01 g | | コーンフラワー・米粉・胡椒・唐辛子 |
| | <副菜>蒸しシューマイ | | | |
| | しゅうまい 18g(ポーク) (味の素) | 2 ケ | 小麦・大豆・鶏肉・豚肉 | 食肉 (豚肉、鶏肉)・野菜 (たまねぎ、グリーンピース)・豚脂・でん粉・砂糖・清酒・しょうゆ・食塩・がらスープ・香辛料 【皮】小麦粉・なたね油・大豆粉・調味料 (アミノ酸等)・加工でん粉 |
| | <副菜>切干大根とツナのマヨサラダ | | | |
| | 切干大根 | 12 g | | 大根 |
| | ツナフレーク ライト(中) (ジェフサ) | 10 g | 大豆 | まぐろ・大豆油・野菜エキス・食塩 調味料 (アミノ酸等) |
| | コーン (冷凍) (交洋) | 5 g | | コーン |
| | マヨネーズタイプ (卵不使用) (マヨドレ) (日清オイリオ) | 5 g | | 食用植物油 (国内製造)・醸造酢・還元水飴・食塩・濃縮洋梨果汁・濃縮にんじん汁・野菜エキス・酵母エキス・加工でん粉・増粘剤 (キサンタンガム)・調味料 (アミノ酸)・カロテン色素・香辛料 |
| | ほん酢 (味ボン) (ヤマサ醤油) | 5 g | 小麦・オレンジ・大豆 | しょうゆ・醸造酢・果糖ぶどう糖液糖・かんぎつ果汁・ぶどう糖・食塩・砂糖・酵母エキス・たんぱく加水分解物・調味料 (アミノ酸等)・酸味料・香料 (原材料の一部に大豆・小麦・オレンジ含む) |
| | <汁物>豆腐スープ | | | |
| | 絹ごし豆腐 (330g) (トヨクニチルド) | 40 g | 大豆 | 丸大豆・硫酸カルシウム (凝固剤)・塩化マグネシウム (にがり)・炭酸カルシウム (消包剤)・水 |
| | 太もやし | 10 g | | 緑豆 |
| | 小松菜 | 5 g | | 小松菜 |
| | 中華だし (顆粒) 中華あじ (味の素) | 2 g | 牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン | 食塩・チキンエキス・ポークエキス・砂糖・食用風味油・デキストリン・香辛料・酵母エキス調味料・野菜エキス・たん白加水分解物・ゼラチン・酵母エキス・調味料 (アミノ酸等)・pH調整剤 |
| | 濃口醤油 (ヤマサ醤油) | 1 g | 小麦・大豆 | 脱脂加工大豆・小麦・食塩・大豆・保存料 (安息香酸Na) |
| 水 | 200 g | | | |
| <デザート>ももゼリー | | | | |
| ももゼリー 50g(鉄・Ca) (国産・ヤヨイサンフーズ) | 1 ケ | もも | 白桃ピューレー (国内製造)・糖類 (グラニュー糖、果糖、水あめ、ぶどう糖)・乳酸Ca・ゲル化剤 (増粘多糖類)・香料・酸味料・ビタミンC・クエン酸鉄Na (一部にももを含む) | |