

## 献立台帳（アレルギー対応食）

令和8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（無洗米）（ブレンド米）	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 上白	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	20 g		人参
	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）
	<付け合わせ>ポテトフライ			
	ポテトフライ（シュ-ストリグ）（交洋）	40 g	小麦	じゃがいも・パーム油・ぶどう糖（小麦を 含む）・ピロリン酸Na
	油（サラダ油）（日清オイリオ）	2 g	大豆	食用大豆油・食用なたね油
	食塩	0.1 g		海水
	<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（輸入）・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			

## 献立台帳（アレルギー対応食）

令和8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（無洗米）（ブレンド米）	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 上白	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	20 g		人参
	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）
	<付け合わせ>ポテトフライ			
	ポテトフライ（シュ-ストリグ）（交洋）	40 g	小麦	じゃがいも・パーム油・ぶどう糖（小麦を 含む）・ピロリン酸Na
	油（サラダ油）（日清オイリオ）	2 g	大豆	食用大豆油・食用なたね油
	食塩	0.1 g		海水
	<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（輸入）・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			

## 献立台帳（アレルギー対応食）

令和8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（無洗米）（ブレンド米）	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 上白	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	20 g		人参
	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	10 g		人参
	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>★ジュース			
	100%りんごジュース LL(200ml)（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）

# 献立台帳（アレルギー対応食）

令和8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）	120 g		米
	豚小間肉（かしら）	20 g	豚肉	豚かしら肉
	じゃが芋（メイクイン）	45 g		メイクイン
	玉ねぎ	40 g		玉葱
	人参	15 g		人参
	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（エスビー食品）	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・ポークパウダー・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・砂糖・食塩・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）マイルド （カゴメ）	3 g	大豆・りんご	野菜・果実（トマト・たまねぎ・りんご・その他）・醸造酢（国内製造）・糖類（砂糖・ぶどう糖）・食塩・アミノ酸液・香辛料（一部に大豆・りんごを含む）
	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	豚ロース肉
	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	10 g		人参	
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	

# 献立台帳（アレルギー対応食）

令和8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（無洗米）（ブレンド米）	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（丸松）	15 g		コーンスターチ・米・糊料（ポリアクリル酸Na・CMC-Na）・リン酸塩（Na）・乳化剤
	玉ねぎ	10 g		玉葱
	人参	5 g		人参
	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）	1 ヶ	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 Mayo 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）（神栄）	5 g		とうもろこし
	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
	ぼん酢（ジェフサ）	5 g	小麦・大豆	しょうゆ（国内製造）・果糖ぶどう糖液糖・醸造酢・食塩・濃縮かんきつ果汁・調味料（アミノ酸等）・酸味料・香料・（一部に小麦・大豆を含む）
	<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		緑豆もやし
	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			