

通常食（詳細）

令和7年度
葛川少年自然の家（通常食）
【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）（国産）	100 g		米
	<主菜>ハンバーグ			
	ハンバーグ 60g（ゼンチク販売）	1 ケ	小麦・乳・牛肉・大豆・鶏肉	鶏肉・粒状植物性たん白・たまねぎ・パン粉・牛脂・しょうゆ・砂糖・食塩・赤ワイン・香辛料・植物油脂・調味料（アミノ酸等）・リン酸塩（Na）（一部に小麦・乳成分・牛肉・鶏肉・大豆を含む）
	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（国産）	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（国内産・マルハチ村松）	0.6 g		かつおのふし
	<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>麩とわかめのみそ汁			
	おつゆ麩（隆光）	2 g	小麦	小麦粉・小麦たんぱく・酸化防止剤（ビタミンE）
	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		

通常食（詳細）

令和7年度
葛川少年自然の家（通常食）
【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）（国産）	100 g		米
	<副菜>グリルチキン			
	グリルチキン（ステーキ） 120g（ニチレイフーズ）	1/2 ケ	小麦・卵・乳・大豆・鶏肉	鶏肉（もも）・小麦粉・植物油・しょうがペースト・酒・食塩・粉末卵白・粉あめ・粉末状植物性たん白・香辛料・米粉・揚げ油（パーム油）・加工でん粉・ポリリン酸Na・キシロース（一部に小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉を含む）
	<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		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（国内産・マルハチ村松）	0.6 g		かつおのふし
	<付け合わせ>ポテトフライ			
	ポテトフライ（シュートリガ）（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>麩とわかめのみそ汁			
	おつゆ麩（隆光）	2 g	小麦	小麦粉・小麦たんぱく・酸化防止剤（ビタミンE）
	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
	赤みそ（ハナマルキ）	200 g		

通常食（詳細）

令和7年度
葛川少年自然の家（通常食）
【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>コッペパン			
	コッペパン（卵・乳なし） 70g（ジェフサ）	1 ケ	小麦	小麦粉（国内製造）・砂糖混合ぶどう糖果糖液糖・ショートニング・パン酵母・食塩（一部に小麦を含む）
	<主食>マーガリン			
	マーガリン（有塩） 給食(7g)（マリンフード）	7 g	乳・大豆	食用植物油脂・食用精製加工油脂・食塩・クリーム・粉乳・乳化剤・香料・ビタミンA・着色料（カロテン）原材料の一部に大豆を含む
	<主菜>ハンバーグ			
	ハンバーグ 60g（ゼンチク販売）	1 ケ	小麦・乳・牛肉・大豆・鶏肉	鶏肉・粒状植物性たん白・たまねぎ・パン粉・牛脂・しょうゆ・砂糖・食塩・赤ワイン・香辛料・植物油脂・調味料（アミノ酸等）・リン酸塩（Na）（一部に小麦・乳成分・牛肉・鶏肉・大豆を含む）
	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（国産）	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（国内産・マルハチ村松）	0.6 g		かつおのふし
	<汁物>コンソメスープ			
	玉ねぎ	20 g		玉葱
	人参（国産）	10 g		人参
	パセリ（乾）（エスビー食品）	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・食塩植物油脂・野菜エキスパウダー（玉ねぎ・にんじん）・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
	水	200 g		
	赤みそ（ハナマルキ）	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>牛乳			
	無調整牛乳（200ml）／206.4g（日本酪農）	206 g	乳	生乳100%（国産）

通常食（詳細）

令和7年度
葛川少年自然の家（通常食）
【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）	120g		米
	豚小間肉（かしら）	20g	豚肉	豚かしら肉
	じゃが芋（メークイン）	45g		メークイーン
	玉ねぎ	40g		玉葱
	人参（国産）	15g		人参
	油（サラダ油）（日清オイリオ）	3.4g	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）	30g	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・ボークパウダー・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）	3g		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）	3g	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）	0.3g	牛肉・大豆	食塩・デキストリン・砂糖・たん白加水分解物・食塩植物油脂・野菜エキスパウダー（玉ねぎ・にんじん）・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
	水	200g		
	<主菜>トンカツ			
	豚ロース（トンカツ衣付） 60g（ケイハン）	1枚	小麦・乳・大豆・豚肉	豚ロース肉・衣（パン粉・大豆粉・食用油脂）・食塩・増粘剤（加工でんぷん、増粘多糖類）・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・豚肉を含む）
	油（サラダ油）（日清オイリオ）	6g	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	35g		キャベツ
	きゅうり	10g		きゅうり
	人参（国産）	10g		人参
	マヨネーズタイプ（卵不使用）（マヨドレ）（日清オイリオ）	10g		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

通常食（詳細）

令和7年度
葛川少年自然の家（通常食）
【昼食】中華丼

	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（国産）	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・脱脂加工大豆・小麦・果糖ぶどう糖液糖・醸造酢・米・大豆・アルコール
	食塩	0.4 g		海水
	水	130 g		
	でん粉 片栗粉（コサカ）	6.4 g		馬鈴薯澱粉
	<副菜>春巻き			
	春巻 32g(徳用）（ジェフサ）	1 ケ	小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・ごま	野菜（キャベツ・にんじん）・粒状植物性たん白・ラード・しょうゆ・はるさめ・つなぎ（でん粉・ゼラチン）・砂糖・鶏肉・植物油脂・オイスターソース・食塩・がらスープ・香辛料・脱脂粉乳・皮（小麦粉・油脂加工品・粉末水あめ・植物油脂・ショートニング・大豆粉・コーンフラワー・食塩）・加工でん粉・調味料（アミノ酸等）・カラメル色素・酸味料（一部に小麦・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチンを含む）
	油（サラダ油）（日清オイリオ）	3.2 g	大豆	食用大豆油・食用なたね油
	<汁物>わかめスープ			
	わかめ（乾）（ジェフサ）	1 g		湯通し塩蔵わかめ
	玉ねぎ	10 g		玉葱
	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）
	赤みそ（ハナマルキ）	200 g		

通常食（詳細）

令和7年度
葛川少年自然の家（通常食）
【昼食】豚丼

	料理／食品・規格	使用量	アレルギー	原材料
昼食	<主食>豚丼			
	米（無洗米）（ブレンド米）（国産）	110 g		米
	豚小間肉（かしら）	80 g	豚肉	豚かしら肉
	玉ねぎ	80 g		玉葱
	人参（国産）	15 g		人参
	砂糖 上白	3 g		原料糖
	濃口醤油（ヤマサ醤油）	14.4 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）	7.2 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
	酒（料理用）（ジェフサ）	3 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
	だしパック 桜印(75g)（マルハチ村松）	1 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	50 g		
	<副菜>春巻き			
	春巻 32g(徳用)（ジェフサ）	1 ケ	小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・ごま	野菜（キャベツ・にんじん）・粒状植物性たん白・ラード・しょうゆ・はるさめ・つなぎ（でん粉・ゼラチン）・砂糖・鶏肉・植物油脂・オイスターソース・食塩・がらスープ・香辛料・脱脂粉乳・皮（小麦粉・油脂加工品・粉末水あめ・植物油脂・ショートニング・大豆粉・コーンフラワー・食塩）・加工でん粉・調味料（アミノ酸等）・カラメル色素・酸味料（一部に小麦・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチンを含む）
	油（サラダ油）（日清オイリオ）	3.2 g	大豆	食用大豆油・食用なたね油
	<汁物>わかめスープ			
	わかめ（乾）（ジェフサ）	1 g		湯通し塩蔵わかめ
	玉ねぎ	10 g		玉葱
	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		

通常食（詳細）

令和7年度
葛川少年自然の家（通常食）
【夕食】鶏の唐揚げ

	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）（国産）	100g		米
	<主菜>鶏の唐揚げ			
	鶏もも（皮なし）（25-35g）（スターゼン）	120g	鶏肉	皮無し鶏もも
	おろししょうが（エスビー食品）	3g		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
	濃口醤油（ヤマサ醤油）	6g	小麦・大豆	脱脂加工大豆・小麦・食塩・大豆・保存料（安息香酸Na）
	でん粉 片栗粉（コサカ）	10g		馬鈴薯澱粉
	油（サラダ油）（日清オイリオ）	6g	大豆	食用大豆油・食用なたね油
	<副菜>野菜ビーフン			
	ビーフン（丸松）	15g		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	10g		玉葱
	人参（国産）	5g		人参
	きくらげ（黒） スライス	1g		あかきくらげ
	油（サラダ油）（日清オイリオ）	1.8g	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）	0.5g	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	0.1g		海水
	こしょう 袋（甘利香辛食品）	0.01g		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>切干大根とツナのマヨサラダ			
	切干大根	12g		大根
	ツナフレーク ライト(中)（ジェフサ）	10g	大豆	まぐろ・大豆油・野菜エキス・食塩・調味料（アミノ酸等）
	赤みそ（ハナマルキ）	5g		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）	5g		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
	ぽん酢（味ポン）（ヤマサ醤油）	5g	小麦・オレンジ・大豆	しょうゆ・醸造酢・果糖ぶどう糖液糖・かんきつ果汁・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）	40g	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	10g		緑豆
	小松菜	5g		小松菜
	中華だし（顆粒） 中華あじ（味の素）	2g	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）	1g	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	200g		

通常食（詳細）

令和7年度
葛川少年自然の家（通常食）
【夕食】豚じゃが&白身魚フライ

	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）（国産）	100g		米
	<主菜>豚じゃが			
	豚小間肉（かしら）	40g	豚肉	豚かしら肉
	じゃが芋（メークイン）	50g		メークイーン
	玉ねぎ	30g		玉葱
	人参（国産）	15g		人参
	つきこんにゃく（黒）（津田食品）	10g		こんにゃく精粉・水酸化カルシウム・海藻粉・水分
	いんげん（冷凍）	5g		インゲン
	油（サラダ油）（日清オイリオ）	2g	大豆	食用大豆油・食用なたね油
	砂糖 上白	2.5g		原料糖
	本みりん（ミツカン）	2.5g		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
	濃口醤油（ヤマサ醤油）	5g	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	60g		
	<副菜>白身魚フライ			
	白身魚フライ 60g（石光）	1ヶ	小麦・大豆	たら（ブルーホワイティング）・白パン粉・バター液・小麦粉・小麦でん粉・食塩・調味料（アミノ酸）・増粘剤（グァーガム）・水・打ち粉（小麦粉）
	油（サラダ油）（日清オイリオ）	6g	大豆	食用大豆油・食用なたね油
	<副菜>野菜ビーフン			
	ビーフン（丸松）	15g		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	10g		玉葱
	人参（国産）	5g		人参
	きくらげ（黒）スライス	1g		あかきくらげ
	赤みそ（ハナマルキ）	1.8g	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）	0.5g	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	0.1g		海水
	こしょう 袋（甘利香辛食品）	0.01g		コーンフラワー・米粉・胡椒・唐辛子
	<副菜>切干大根とツナのマヨサラダ			
	切干大根	12g		大根
	ツナフレーク ライト(中)（ジェフサ）	10g	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）	5g		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）	5g		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
	ぽん酢（味ポン）（ヤマサ醤油）	5g	小麦・オレンジ・大豆	しょうゆ・醸造酢・果糖ぶどう糖液糖・かんきつ果汁・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）	40g	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	10g		緑豆
	小松菜	5g		小松菜
	中華だし（顆粒） 中華あじ（味の素）	2g	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）	1g	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	200g		

通常食（詳細）

令和7年度
葛川少年自然の家（通常食）
【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）（国産）	100g		米
	<主菜>メンチカツ			
	メンチカツ 120g（ニチレイフーズ）	1ケ	小麦・卵・乳・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	食肉（鶏肉・豚肉・たまねぎ）・つなぎ（パン粉・でん粉・粉末状植物性たん白）・粒状植物性たん白・豚脂・砂糖・中濃ソース・しょうゆ・食塩・ボークフィヨン・粉末しょうゆ・ラード・デキストリン・香辛料・ボークエキス・ゼラチン・たん白加水分解物・香味油・酵母エキス・【衣】パン粉・植物油・小麦粉・粉末状植物性たん白・デキストリン・粉末卵白・加工でん粉・調味料（アミノ酸等）・カロチノイド色素・増粘剤（キサンタンガム）
	油（サラダ油）（日清オイリオ）	12g	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）	8g		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）	5g	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）
	本みりん（ミツカン）	7g		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
	<副菜>野菜ビーフン			
	ビーフン（丸松）	15g		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	10g		玉葱
	人参（国産）	5g		人参
	きくらげ（黒）スライス	1g		あかきくらげ
	油（サラダ油）（日清オイリオ）	1.8g	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）	0.5g	牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン	食塩・チキンエキス・ボークエキス・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	0.1g		海水
	こしょう 袋（甘利香辛食品）	0.01g		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	12g		大根
	ツナフレーク ライト(中)（ジェフサ）	10g	大豆	まぐろ・大豆油・野菜エキス・食塩・調味料（アミノ酸等）
	赤みそ（ハナマルキ）	5g		とうもろこし
	マヨネースタイプ（卵不使用）（マヨドレ）（日清オイリオ）	5g		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
	ぽん酢（味ボン）（ヤマサ醤油）	5g	小麦・オレンジ・大豆	しょうゆ・醸造酢・果糖ぶどう糖液糖・かんきつ果汁・ぶどう糖・食塩・砂糖・酵母エキス・たん白加水分解物・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）	40g	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	10g		緑豆
	小松菜	5g		小松菜
	中華だし（顆粒） 中華あじ（味の素）	2g	牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン	食塩・チキンエキス・ボークエキス・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）	1g	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	200g		

通常食（詳細）

令和7年度
葛川少年自然の家（通常食）
【野外食】カレーライス

	料理／食品・規格	使用量	アレルギー	原材料
夕食	<主食>カレーライス			
	米（無洗米）（ブレンド米）（国産）	130g		米
	豚小間肉（かしら）	40g	豚肉	豚かしら肉
	じゃが芋（メークイン）	70g		メークイーン
	玉ねぎ	60g		玉葱
	人参（国産）	20g		人参
	油（サラダ油）（日清オイリオ）	5g	大豆	食用大豆油・食用なたね油
	水	200g		
	カレールウ（甘口） とろける（エスビー食品）	30g	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）
	<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ヶ	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）

通常食（詳細）

令和7年度
葛川少年自然の家（通常食）
【野外食】きのこご飯

	料理／食品・規格	使用量	アレルギー	原材料
夕食	<主食>きのこご飯			
	米（無洗米）（ブレンド米）（国産）	130 g		米
	油揚げ（15g）冷凍（ジェフサ）	20 g	大豆	大豆・植物油・凝固剤
	まいたけ	20 g		まいたけ
	しめじ 本	20 g		ほんしめじ
	人参（国産）	20 g		人参
	濃口醤油（ヤマサ醤油）	3.33 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
	酒（料理用）（ジェフサ）	1.2 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
	<汁物>豚汁			
	豚小間肉（かしら）	10 g	豚肉	豚かしら肉
	里芋（冷凍）	20 g		里芋
	大根	25 g		だいこん
	人参（国産）	10 g		人参
	青ねぎ	3 g		青葱
	赤みそ（ハナマルキ）	8.8 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		
	<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）