

令和6年度 冬季中学校自然教室献立

川崎市八ヶ岳少年自然の家

1日目夕食



代替食は、
特定原材料8品目を
含みません

通常食	代替食	代替食成分表
生野菜サラダ レタス・サニーレタス・レッドキャベツ・キャベツ・赤パプリカ		
ハンバーグ 1ケ	代替ハンバーグ 1ケ	豚肉、玉葱、トマトケチャップ、濃粉(サゴ椰子)濃厚ソース、中華スープ、食用なたね油、てんさい糖、食塩、こしょう/増粘剤(加工デンプン)
鶏肉・豚肉・牛肉・大豆・小麦・乳・卵・ゼラチン	特定8品目を含まない(ソース付)	
デミグラスソース	代替デミグラスソース	
小麦・大豆・鶏肉・豚肉		
ハッシュポテト	代替無し	
ハッシュポテト 1ケ		
特定28品目を含まない		
黄パプリカの素揚げ	代替無し	
黄パプリカ 1ケ		
特定28品目を含まない		
トマトペネサラダ	代替ペネサラダ	きびめん、(きび、タピオカ澱粉)、トマトケチャップ(りんご含む)、玉葱、人参、オリーブオイル、てんさい糖、自然塩、白胡椒
トマトペネサラダ 1ケ	代替ペネサラダ 1ケ	
小麦・大豆・鶏肉・豚肉	特定8品目を含まない	
鶏肉の唐揚げ	代替コロッケ	野菜【じゃがいも(国産) 玉ねぎ(国産) 人参(国産) たかきび、ひじき(国産) こめ醤油、砂糖、食塩、かつお節エキス、酵母エキス、昆布エキス、デキストリン、香辛料、衣【米粉(国産) 砂糖、イースト、食塩、菜種油】あわ粉】増粘剤(加工澱粉)揚げ油(こめ油)
鶏肉の唐揚げ 2ケ	代替コロッケ 2ケ	
小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉	特定8品目を含まない	
ワッフル(バナナ)	はちみつレモンゼリー	糖類(水あめ(国内製造)、果糖ぶどう糖液糖、レモン果汁、はちみつ、グル化剤、増粘多糖類、酸味料、クエン酸鉄Na、香料、着色料、ビタミンB2、その他キヤリーオーバー等、水
ワッフル(バナナ) 1ケ	はちみつレモンゼリー 1ケ	
小麦・卵・乳・大豆	特定8品目を含まない	
コンソメスープ	野菜コンソメスープ	食塩・デキストリン(キャッサバ)・砂糖(てんさい糖)・酵母エキス・玉ねぎ粉末・香辛料・にんにく粉末・セロリ粉末・玉葱・なめこ・小松菜・ワカメ
ベーコン・玉ねぎ・ワカメ・エキ・味コンソメ	野菜コンソメスープの素	
小麦・乳成分・牛肉・大豆・豚肉・卵	特定8品目を含まない	
ドレッシング	ドレッシング	醸造酢(国内製造)、食塩、オニオンパウダー、香辛料、ガーリックペースト、濃縮レモン果汁、濃縮ライム果汁、ゆず果汁/セルロース、増粘剤(キサンタンガム)、調味料(アミノ酸等)、甘味料(スクラロース)
青じそドレッシング	減塩フレンチドレッシング	
小麦・大豆	特定28品目を含まない	
ご飯	ご飯	
白米		

2日目夕食



代替食は、
特定原材料8品目を
含みません

通常食	代替食	代替食成分表
生野菜サラダ レタス・サニーレタス・レッドキャベツ・キャベツ・赤パプリカ		
白身魚のフライ 1ケ	代替白身魚フライ 1ケ	ホキ(南米・ニュージーランド)、米粉、植物油、(菜種油)、米粉、砂糖(てんさい糖)、食塩、黒こしょう/加工澱粉(タピオカ)
小麦・大豆	特定8品目を含まない	
タルタルソース	代替無し	
タルタルソース 1ケ		
フライドポテト	代替無し	
じゃがいも 2ケ		
特定28品目を含まない		
ブロッコリー	代替無し	
ブロッコリー 1ケ		
特定28品目を含まない		
ほうれん草グラタン	代替ホワイトグラタン	野菜(玉葱(国産)、ほうれん草(国産)、人参(国産) 米パスタ(玄米(イタリア産)、シチュールー(粉末油脂・砂糖・とうもろこし澱粉・パーム油、食塩、ばれいしょ澱粉、酵母エキスパウダー、オニオンパウダー)、米粉、米粉粉、菜種油、食塩、砂糖、酵母エキス、タピオカ澱粉、オニオンパウダー、香辛料
ほうれん草グラタン 1ケ	代替ホワイトグラタン 1ケ	
乳・小麦・大豆・豚肉	特定8品目を含まない	
まんまるキャベツ包み	代替焼売	豚ひき肉(山形県産内庄内豚)、玉ねぎ、キャベツ、長ネギ、人参、馬鈴薯澱粉、塩、しょうゆ風味発酵調味料、しょうが、皮…米粉、ショートニング、(パーム油)、じゃがいも、加工澱粉(タピオカ)、増粘剤(増粘多糖類)
まんまるキャベツ包み 1ケ	代替焼売 2ケ	
小麦・卵・乳・大豆・鶏肉・牛肉	特定8品目を含まない	
はちみつレモンゼリー	代替無し	
はちみつレモンゼリー 1ケ		
特定8品目を含まない		
豚汁	野菜コンソメスープ	食塩・デキストリン(キャッサバ)・砂糖(てんさい糖)・酵母エキス・玉ねぎ粉末・香辛料・にんにく粉末・セロリ粉末・玉葱・なめこ・小松菜・ワカメ
大豆・豚肉	野菜コンソメスープ	
大豆・豚肉・玉ねぎ・大根・人参・コンニャク・ごぼう・豆腐・長ねぎ・味噌	野菜コンソメスープの素	
小麦・卵・乳・大豆・鶏肉・牛肉	特定8品目を含まない	
ドレッシング	ドレッシング	醸造酢(国内製造)、食塩、オニオンパウダー、香辛料、ガーリックペースト、濃縮レモン果汁、濃縮ライム果汁、ゆず果汁/セルロース、増粘剤(キサンタンガム)、調味料(アミノ酸等)、甘味料(スクラロース)
青じそドレッシング	減塩フレンチドレッシング	
小麦・大豆	特定28品目を含まない	
ご飯	ご飯	
白米		

2日目朝食



代替食は、
特定原材料8品目を
含みません

通常食	代替食	代替食成分表
生野菜サラダ レタス・サニーレタス・レッドキャベツ・キャベツ・赤パプリカ		
サーモンの塩焼き 1ケ	白身塩焼き	白身魚(カラスカレイ)、塩、キャノーラ油
サーモンの塩焼き	特定8品目を含まない	
ミートボール 3ケ	代替ミートボール 3ケ	豚ひき肉、玉ねぎ、人参、米粉、タピオカ粉、菜種油、自然塩、白コショウ、てんさい糖、醤油(純米醤油)、米発酵調味料、(味の母)、タピオカ粉、根昆布粉末だし
鶏肉・乳・小麦・大豆・豚肉・卵・りんご・ごま	特定8品目を含まない	
玉子焼き	代替スクランブルエッグ風	豆乳加工品(国内製造)、植物油、食塩、野菜エキスパウダー、酵母エキスパウダー/トレハロース、加工でんぷん、ゲル化剤(アルギン酸ナトリウム)、乳酸カルシウム、カロチノイド色素、増粘多糖類、(一部に大豆を含む)
玉子焼き 1ケ	代替スクランブルエッグ	
小麦・卵・乳成分・大豆	特定8品目を含まない	
ポテトサラダ	温野菜	ブロッコリー・カリフラワー・人参・コーン
ポテトサラダ・ミックスベジタブル 卵・大豆	ブロッコリー・カリフラワー・人参・コーン	
焼きり	海苔ふりかけ	調味顆粒(砂糖、ぶどう糖、食塩、糖粉、とうもろこし澱粉、デキストリン、抹茶、酵母エキス)、海苔、味付鰹節(鰹節、砂糖、食塩、酵母エキス、しいたけエキス)、貝カルシウム、セルロース、酸化防止剤(ビタミンE)
焼きり 1ケ	海苔ふりかけ 1ケ	
大豆・小麦・えび・さば	特定8品目を含まない	
ピーチジュース	オレンジジュース	オレンジ・香料
カゴメ野菜&果実 1本	オレンジジュース 1本	
もも・乳成分	特定8品目を含まない	
味噌汁	野菜コンソメスープ	食塩・デキストリン(キャッサバ)・砂糖(てんさい糖)・酵母エキス・玉ねぎ粉末・香辛料・にんにく粉末・セロリ粉末・玉葱・なめこ・小松菜・ワカメ
玉ねぎ・なめこ・油揚げ・小松菜・だし・味噌	野菜コンソメスープの素	
大豆	特定8品目を含まない	
ドレッシング	ドレッシング	醸造酢(国内製造)、食塩、オニオンパウダー、香辛料、ガーリックペースト、濃縮レモン果汁、濃縮ライム果汁、ゆず果汁/セルロース、増粘剤(キサンタンガム)、調味料(アミノ酸等)、甘味料(スクラロース)
青じそドレッシング	減塩フレンチドレッシング	
小麦・大豆	特定28品目を含まない	
ご飯	ご飯	
白米		

3日目朝食



代替食は、
特定原材料8品目を
含みません

通常食	代替食	代替食成分表
生野菜サラダ レタス・サニーレタス・レッドキャベツ・キャベツ・赤パプリカ		
ソーセージ 2本	代替焼きそば 1ケ	きびめん、キャベツ、玉葱、人参、ソース、菜種油、野菜コンソメスープの素、食塩、白胡椒
ソーセージ	特定8品目を含まない	
プレーンオムレツ 1ケ	代替スクランブルエッグ風	豆乳加工品(国内製造)、植物油、食塩、野菜エキスパウダー、酵母エキスパウダー/トレハロース、加工でんぷん、ゲル化剤(アルギン酸ナトリウム)、乳酸カルシウム、カロチノイド色素、増粘多糖類、(一部に大豆を含む)
プレーンオムレツ	代替スクランブルエッグ	
卵・大豆	特定8品目を含まない	
トマトケチャップ	代替無し	
トマトケチャップ 1ケ		
特定28品目を含まない		
ツナサラダ	温野菜	ブロッコリー・カリフラワー・人参・コーン
ツナサラダ・ホールコーン	ブロッコリー・カリフラワー・人参・コーン	
乳成分・小麦・卵・大豆	特定8品目を含まない	
ロールパン	米粉パン	米粉(米 国産)、なたね油、砂糖、食塩、ドライイースト/トレハロース、増粘多糖類
ロールパン 2ケ	米粉パン 2ケ	
乳成分・卵・小麦・大豆	特定8品目を含まない	
オレンジ	代替無し	
オレンジ 1ケ		
りんごジュース	代替無し	
りんごジュース 1本		
りんご		
コーンポタージュ	野菜コンソメスープ	食塩・デキストリン(キャッサバ)・砂糖(てんさい糖)・酵母エキス・玉ねぎ粉末・香辛料・にんにく粉末・セロリ粉末・玉葱・なめこ・小松菜・ワカメ
コーンポタージュ	野菜コンソメスープ	
乳成分・小麦・大豆・鶏肉	特定8品目を含まない	
ドレッシング	ドレッシング	醸造酢(国内製造)、食塩、オニオンパウダー、香辛料、ガーリックペースト、濃縮レモン果汁、濃縮ライム果汁、ゆず果汁/セルロース、増粘剤(キサンタンガム)、調味料(アミノ酸等)、甘味料(スクラロース)
青じそドレッシング	減塩フレンチドレッシング	
小麦・大豆	特定28品目を含まない	

※このアレルギー表は、アレルギー28品目に基づいて作成しています。

特定原材料8品目	小麦粉、そば、卵、乳、落花生(ピーナッツ)、えび、かに、くるみ
特定原材料に準じるもの20品目	あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、もも、豚肉、牛肉、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、りんご、ゼラチン、やまいも、ごま、カシューナッツ、アーモンド、マカダミアナッツ

アレルギー表示	
---------	--