令和6年度　冬季中学校自然教室献立

川崎市八ケ岳少年自然の家

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	**代替ハンバーグ**	豚肉、玉葱、トマトケチャップ、澱粉(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)
ハンバーグ　1ケ	代替ハンバーグ　1ケ	
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）	
デミグラソース		
デミグラソース		
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		
トマトペンネサラダ	**代替ナポリタン**	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
トマトペンネサラダ	代替ナポリタン　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【米パン粉(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(バニラ)	**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、ゲル化剤、増粘多糖類、酸味料、クエン酸鉄Na、香料、着色料、ビタミンB2、その他キャリーオーバー等、水
ワッフル(バニラ)　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・エノキ・味コンソメ	玉ねぎ・ワカメ・なめこ・小松菜・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		
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	**代替白身魚フライ**	ホキ(南米・ニュージーランド)、米パン粉、植物油脂、(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)
たらフライ　1ケ	代替白身魚フライ　1ケ	
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		
卵・大豆		
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、米パン粉、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、しょうゆ風米発酵調味料、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・玉ねぎ・大根・人参・コンニャク・ごぼう・豆腐・長ねぎ・味噌	玉ねぎ・ワカメ・なめこ・小松菜・野菜コンソメスープの素	
大豆・豚肉	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		
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	**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　1ケ	白身魚・塩	
さけ	特定8品目を含まない	
ミートボール	**代替ミートボール**	豚ひき肉、玉ねぎ、人参、米パン粉、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
ミートボール　3ケ	代替ミートボール　3ケ	
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)、植物油脂、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	ブロッコリー・カリフラワー・人参・コーン	
卵・大豆	特定8品目を含まない	
焼きのり	**海苔ふりかけ**	調味顆粒(砂糖、ぶどう糖、食塩、鰹節粉、とうもろこし澱粉、デキストリン、抹茶、酵母エキス)、海苔、味付鰹削り節(鰹削り節、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)
焼きのり　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	玉ねぎ・ワカメ・なめこ・小松菜・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		
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	**代替焼きそば**	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
ポークソーセージ　2本	代替焼きそば　1ケ	
卵・乳・大豆・豚肉	特定8品目を含まない	
プレーンオムレツ	**代替スクランブルエッグ風**	豆乳加工品(国内製造)、植物油脂、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)
オムレツ　1ケ	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		
オレンジ		
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	玉ねぎ・ワカメ・なめこ・小松菜・野菜コンソメスープの素	
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

（ピンク）	アレルギー表示