

① 献立・原材料表

【 提供日：令和1年1月～3月の1.9.17.25日 】

	献立	原材料
朝	ご飯(千葉県産)	千葉県産こしひかり
	胡麻ロールパン	小麦・砂糖・ショートニング・全卵・マーガリン(乳)・ごま・イースト・食塩・脱脂粉乳・ライ麦・アセロラパウダー・乳化剤・香料(乳)カロチノイド色素・調整水・一部に大豆含む
	鱈の塩焼き	あじ・食塩・調整剤・グリシン・トレハロース・V.C・水
	ウインナー	豚肉・鶏肉・豚脂肪・粉末水あめ・ぶどう糖・砂糖・大豆たん白・食塩・たんぱく加水分解物・香辛料・酵母エキス・加工でん粉・カゼインNa・アミノ酸・リン酸塩・保存料ソルビン酸他・酸化防止剤・香辛料抽出物・発色剤・アトナー・原材料の一部に乳・牛肉を含む
	厚焼玉子	鶏卵・砂糖・だし汁(しょうゆ・米発酵調味料・食塩・鰹節粉末・その他)澱粉・酒精・植物油・アミノ酸・一部に小麦・大豆を含む
	大豆を摂ろう 納豆	大豆・大豆菌[タレ]醤油(小麦・大豆)植物蛋白加水分解物・砂糖混合ぶどう糖果糖液糖・加糖ぶどう糖液糖・醸造酢・食塩・ミリン・鰹エキス・砂糖・アミノ酸等【辛子】食塩・醸造酢・還元水飴・ウコン・増粘多糖類
	鉄分いっぱいひじき煮	ひじき・人参・大豆・油揚(大豆)蒟蒻・醤油(小麦・大豆)・砂糖・ぶどう糖果糖液糖・本みりん・食塩・かつおだし・調味料(アミノ酸)
食	味噌汁(若布・葱)	若布・長葱・[味噌]大豆・米・食塩・酒精[出汁]アミノ酸等・食塩・砂糖・鰹節粉末・かつおエキス・酵母エキス・でん粉
	彩りサラダ	レタス・キャベツ・人参
	ふりかけ	胡麻・鶏卵・砂糖・小麦粉・乳糖・食塩・大豆加工品・海苔・こしあん・鯖削り節・マーガリン(乳・大豆)・ハム油・海藻カルシウム・チキン・鰹・魚介・酵母・鶏肉・澱粉・鶏脂・脱脂粉乳・醤油(大豆・小麦)大豆蛋白・抹茶・あおさ・ぶどう糖・果糖液糖・卵黄油・イースト・みりん・なたね油・バター・大豆油・アミノ酸・カロチノイド色素・ビタミンE
	苺ジャム・マーガリン	[苺ジャム]水飴・砂糖・いちご・リンゴ・ペクチン(リンゴ)・酸味料・香料[マーガリン]食用植物油脂・食用精製加工油脂・粉乳・食塩・水・乳化剤(大豆由来)・香料・カロチン・ビタミンA
	オレンジ	オレンジ
昼	ご飯(千葉県産)	千葉県産こしひかり
	ツナとパプリカスパゲティ	[麺]デュラム小麦のセモリナ[具]パプリカ・ツナ(水煮)・薄口しょうゆ(小麦・大豆)・食塩・こしょう・味の素
	鱈フライ	鱈・しそ(大葉)小麦粉[衣]パン粉・小麦粉・でん粉・植物油脂・食塩・粉末状植物性たん白・還元水水飴・清酒・食塩・調味料(アミノ酸)ベーキングパウダー・クエン酸(Na)炭酸Na・炭酸水素Na(一部に小麦・大豆含む)
	親子煮	鶏肉・卵・玉ねぎ・醤油(小麦・大豆)酒・砂糖・みりん
	ほうれん草と油揚げおひたし	ほうれん草・油揚(大豆)醤油(小麦・大豆)おかか
	金時豆	金時豆・砂糖・水あめ・食塩・ソルビトール・pH調整剤 ※同一工場内で小麦・あわび・さけ・りんご・卵・オレンジ・鯖・ゼラチン・胡麻・大豆・牛肉・くるみ・鶏肉・えび・豚肉・蟹・まつたけを使用しています。
食	味噌汁(もやし・油揚げ)	もやし・油揚げ(大豆)[味噌]大豆・米・食塩・酒精[出汁]アミノ酸等・食塩・砂糖・鰹節粉末・かつおエキス・酵母エキス・でん粉
	温野菜サラダ	温野菜：ブロッコリー・カリフラワー・ニンジン
	グレープフルーツ	グレープフルーツ
夕	ご飯(千葉県産)	千葉県産こしひかり
	ナポリタン	スパゲティ(デュラム小麦のセモリナ)ハフリカ・玉ねぎ・トマトケチャップ(トマト・砂糖・ぶどう糖果糖液糖・醸造酢・食塩・玉葱・香辛料)ウスターソース(醸造酢・ぶどう糖果糖液糖・砂糖・食塩・玉葱・トマト・リンゴエキス・オイスターエキス・カラメル色素・アミノ酸)食塩・胡椒・オリーブオイル
	ブルーダックカレー	鶏ささみ・鶏むね肉・チキンブイオン・水・でん粉・醤油(小麦・大豆)味付タレ(醤油・酒・砂糖・醸造酢・食塩・酵母エキス)生姜・胡椒・味醂・卵白粉・食塩・加工でん粉・キサンタンガム・アミノ酸等・ポリリン酸Na・ソルビトール・香辛料抽出物(大豆)玉ねぎ・牛脂豚脂混合油・小麦粉・ウスターソース(大豆・リンゴ)トマトペースト・香辛料・はちみつ・食塩・砂糖・チーズ・全粉乳・ビーフエキス・カレーパウダー・白菜・さつまいもパウダー・澱粉・チキンエキス・オニオンパウダー(大豆)酵母エキス・ガーリックパウダー・カラメル色素・調味料(有機酸)酸味料・香料・甘味料(甘草)
	玉葱ソースハンバーグ	牛肉・豚肉・鶏肉・玉葱・パン粉(小麦・大豆・乳)・卵白粉・粉末状植物性たん白(大豆)・豚脂・牛乳・醤油(大豆・小麦)砂糖・食塩・トマトペースト・ワイン・ゼラチン・ヒドロキシプロピルセルロース調味料・香辛料・アミノ酸・リン酸・乳酸増粘多糖類・水[ソース]砂糖・玉ねぎ・醤油(小麦・大豆)アミノ酸液(大豆)リンゴバルブ・果糖ぶどう糖液糖・乾燥玉ねぎ・還元水あめ・オニオンソテー・鰹節エキス(小麦)レモン果汁・でん粉・食塩・発酵調味料・醸造酢(リンゴ)柑橘果汁・蛋白加水分解物(小麦)大豆油・生姜・昆布エキス・カラメル色素・酸化防止剤・キサンタンガム・水
	コーンコロッケ	馬鈴薯・とうもろこし・砂糖・乾燥マッシュポテト・食塩・香辛料・アミノ酸・[衣]パン粉(小麦・大豆・乳成分)でん粉・小麦粉・ぶどう糖・粉末状植物性たん白・水・グアーガム・アナー・アミノ酸・乳化剤(乳)
	野菜グリルおろしソース	ズッキーニ・さつま芋・赤パプリカ・レンコン・ヤングコーン・ブロッコリー[ソース]砂糖・玉ねぎ・醤油(小麦・大豆)アミノ酸液(大豆)リンゴバルブ・果糖ぶどう糖液糖・乾燥玉ねぎ・還元水あめ・オニオンソテー・鰹節エキス(小麦)レモン果汁・でん粉・食塩・発酵調味料・醸造酢(リンゴ)柑橘果汁・蛋白加水分解物(小麦)大豆油・生姜・昆布エキス・カラメル色素・酸化防止剤・キサンタンガム・水
食	煮豆	大豆・昆布・砂糖・還元水あめ・醤油(小麦・大豆)食塩・鰹だし・水・環状オリゴ糖
	トマトペンネ	マカロニ(小麦)トマトケチャップ・玉ねぎ・人参・トマトペースト・醸造酢(りんご)オニオンエキス・マルトオリゴ糖・砂糖・植物油脂(大豆)食塩・ポーク・チキンエキス・ガーリックペースト・香辛料・加工でん粉・キサンタンガム・アミノ酸等・酢酸ナトリウム・グリシン・水
	生野菜	レタス・キャベツ・胡瓜・人参
	コンソメスープ	玉葱・コンソメ顆粒(食塩・乳糖・砂糖・食用油脂・醤油・蛋白加水分解物・デキストリン・玉葱・牛肉・酵母エキス・香辛料・チキンファット・アミノ酸・酸味料・カラメル色素・一部に大豆・小麦を含む)塩・胡椒・水
	原宿ドッグ(チョコ)	卵白・砂糖・小麦粉・鶏卵・植物油脂・ココアパウダー・カカオマス・チョコレート(大豆)全粉乳・生クリーム・増粘剤・加工でん粉・ベーキングパウダー・グリシン・水

■ドレッシングは、全8種・・・原材料は、ホームページでご確認いただけます。また、食堂内にも掲示してあります。
 ※鴨川青年の家では、アレルギーをお持ちの方へ対応プランをご用意しています。ホームページ[食事関係→アレルギーについて]をご参照の上、対応プランA～Eのご希望対応を専用の用紙にご記入頂きFAXでお送りください。
 ※代替食のお持込や一部差し替え食をご希望の場合は、必ず事前に必要書類をFAXにてお送り下さい。折り返し確認のご連絡を致します。(持込代替食は、当日食堂にて保管し食事の時間に温めてご提供出来ます。)
 ※厨房では、アレルギーに対応する特別な保管場所や設備が無いため、一般の食材と同じ取扱いになります。また、コンタミンやごく微量の摂取でもアナフィラキシーショック等重篤な症状を起こす可能性のある方は、万が一の事を考慮して厨房での調理は控えさせていただきますのでご了承ください。

② 献立・原材料表

【 提供日：令和1年1月～3月の2.10.18.26日 】

	献立	原材料
朝	ご飯	千葉県産こしひかり
	フレンチトースト	小麦粉・全卵・砂糖・牛乳・加糖卵黄・ショトニング(大豆)・イースト・脱脂粉乳・食塩・小麦グルテン・植物油脂(大豆)・キシロス・グリシン・乳化剤(大豆)・香料・ビタミンC・水・材料の一部に大豆を含む
	胡麻ロールパン	小麦・砂糖・ショトニング・全卵・マーガリン(乳)・ごま・イースト・食塩・脱脂粉乳・ライ麦・アセロラパウダー・乳化剤・香料(乳)カロチノイド色素・調整水・一部に大豆含む
	肉団子甘酢和え	鶏肉・玉ねぎ・砂糖・醤油(小麦・大豆)粒状植物性たん白(大豆)パン粉(小麦)イヌリン・醸造酢(小麦)チキンエキス(小麦・ごま・大豆・鶏肉)粉末状植物性たん白(大豆)植物油(ごま)食塩・香辛料・加工でん粉・増粘剤・クエン酸・水・なたね油
	豆腐	丸大豆・凝固剤・海水塩化マグネシウム(にがり)
	炒り卵	鶏卵・植物油脂(大豆)・砂糖・食塩・澱粉粉末調味料・加工澱粉・清水
	大豆を摂ろう 納豆	大豆・大豆菌(タレ)醤油(小麦・大豆)植物蛋白加水分解物・砂糖混合ぶどう糖果糖液糖・加糖ぶどう糖液糖・醸造酢・食塩・ミリン・鰹エキス・砂糖・アミノ酸等[辛子]食塩・醸造酢・還元水飴・ウコン・増粘多糖類
	スパゲティサラダ	スパゲティ(小麦)半固体状ドレッシング(小麦・卵・乳・大豆)人参・粉末水あめ・砂糖・食塩・醸造酢・食用植物油脂(大豆)・加工でん粉・増粘多糖類・アミノ酸等・酵素(大豆)香辛料抽出物・水
食	味噌汁(ほうれん草)	ほうれん草・[味噌]大豆・米・食塩・酒精[出汁]アミノ酸等・食塩・砂糖・鰹節粉末・かつおエキス・酵母エキス・でん粉
	彩サラダ	レタス・キャベツ・人参
	ふりかけ	胡麻・鶏卵・砂糖・小麦粉・乳糖・食塩・大豆加工品・海苔・こしあん・鯖削り節・マーガリン(乳・大豆)・ハーム油・海藻カルシウム・チキン・鰹・魚介・酵母・鶏肉・澱粉・鶏脂・脱脂粉乳・醤油(大豆・小麦)大豆蛋白・抹茶・あおさ・ぶどう糖・果糖液糖・卵黄油・イースト・みりん・なたね油・バター・大豆油・アミノ酸・カロチノイド色素・ビタミンE
	苺ジャム・マーガリン	[苺ジャム]水飴・砂糖・いちご・リンゴ・ペクチン(リンゴ)・酸味料・香料[マーガリン]食用植物油脂・食用精製加工油脂・粉乳・食塩・水・乳化剤(大豆由来)・香料・カロチン・ビタミンA
	ヨーグルト	乳製品・砂糖・ミルクカルシウム・寒天
昼	ご飯	千葉県産こしひかり
	ミートソーススパゲティ	[麺]デュラム小麦のセモリナ・食塩[ルー]トマト・玉葱・人参・リンゴ・ニンニク・ぶどう糖果糖液糖・砂糖・牛肉・大豆油脂・粉末状大豆蛋白・ビ-フェキス(小麦・大豆)・食塩・マーガリン(乳・大豆)香辛料・バター(乳)加工澱粉・レモン果汁・オリーブオイル
	鶏の唐揚げ	鶏(もも)醤油(小麦・大豆)大豆蛋白・でん粉・砂糖・食塩・しょうが汁・粉末卵白・ニンニク・[衣]小麦粉・大豆蛋白・醤油(小麦・大豆)砂糖・食塩・香料[揚油]大豆油・アミノ酸・ポリリン酸・着色料(大豆)・水
	野菜炒め	キャベツ・玉葱・人参・もやし・パプリカ・豚肉・薄口醤油(大豆・小麦)・塩・胡椒
	南瓜煮	南瓜・砂糖・みりん・薄口醤油(小麦・大豆・食塩・アルコール・他)酒
	切干大根	切り干し大根・醤油(小麦・大豆)還元水あめ・人参・油揚(大豆)・発酵調味料・食用植物油脂(大豆)[だし]かつお・さば・しいたけ・昆布・砂糖・醸造酢・清水
食	すまし汁(豆腐・若布)	豆腐(大豆・にがり・消泡剤)若布[出汁]アミノ酸等・食塩・砂糖・鰹節粉末・かつおエキス・酵母エキス・でん粉・薄口醤油(大豆・小麦・食塩・アルコール・他)酒・塩
	温野菜サラダ	温野菜：ブロッコリー・カリフラワー・ニンジン
	オレンジ	オレンジ
夕	ご飯	千葉県産こしひかり
	チキンボールと野菜の甘酢和え	鶏肉・玉葱・ピーマン・パプリカ・パン粉(小麦・乳・卵)・祖ゼラチン・豚脂・卵白・でん粉・脱脂粉乳・水・調味料・揚げ油(大豆)・醤油・砂糖・カゼインNa・アミノ酸・食塩・リン酸塩・香辛料・着色料・筍(缶)[ソース]醸造酢(小麦)醤油(小麦・大豆)発酵調味料(小麦)蛋白加水分解物(大豆)砂糖・食塩・パイナップルジュース・トマトペースト・水・加工でん粉・キサンタンガム・アミノ酸等・パプリカ色素・酸味料(乳酸)
	ブルーダックカレー	鶏ささみ・鶏むね肉・チキンブイヨン・水・でん粉・醤油(小麦・大豆)味付タレ(醤油・酒・砂糖・醸造酢・食塩・酵母エキス)生姜・胡椒・味醂・卵白粉・食塩・加工でん粉・キサンタンガム・アミノ酸等・ポリリン酸Na・ソルビトール・香辛料抽出物(大豆)玉ねぎ・牛脂豚脂混合油・小麦粉・ウスターソース(大豆・リンゴ)トマトペースト・香辛料・はちみつ・食塩・砂糖・チーズ・全粉乳・ビーフェキス・カレーパウダー・白菜・さつまいもパウダー・澱粉・チキンエキス・オニオンパウダー(大豆)酵母エキス・ガーリックパウダー・カラメル色素・調味料(有機酸)酸味料・香料・甘味料(甘草)
	麻婆豆腐	豆腐・ニラ[ソース]豚肉・鶏肉・砂糖・ごま油・醤油(小麦・大豆)ガーリックペースト・牛脂豚脂混合油・小麦粉・オイスターソース・食塩・トマトペースト・チキンエキス・生姜ペースト・みりん風発酵調味料・でん粉・ポークエキス・味噌・醸造酢・還元水あめ・豆板醤・みそ・唐辛子・アミノ酸等・増粘剤・着色料・酸味料・原材料の一部に小麦・胡麻・大豆・ゼラチン
	水餃子	小麦粉・キャベツ・魚肉すり身・玉葱・豚脂・豆腐(大豆)・卵白・澱粉・にんじん・粉末状小麦蛋白・パン粉(乳・乳製品・小麦)砂糖・胡麻油・帆立エキス調味料・食塩・大豆粉・卵白粉・加工澱粉・アミノ酸等・豆腐用凝固剤・水【タレは3種】醤油(大豆・小麦)ラー油・ポン酢
食	中華ポテト	さつま芋・植物油脂・砂糖・水あめ・還元水あめ・ポリデキストロース・ファットスプレッド・糖加工品・はちみつ・たんぱく加水分解物・トレハロース・カラメル色素・乳化剤・水・ゴマ・原材料の一部に小麦・大豆を含む
	もやしナムル	もやし・塩・ごま油・こしょう・みりん・味の素
	春雨中華サラダ	緑豆春雨・砂糖・ぶどう糖果糖液糖・水あめ・醸造酢・きくらげ・にんじん・若布・ごま油・食塩・ごま・ジンジャーペースト・アミノ酸等・キサンタンガム・酵素(大豆)
	生野菜	キャベツ・胡瓜・人参
	中華スープ	キャベツ・葱・人参・ラーメンスープの素(醤油・食塩・ホ-クエキス・魚介エキス・葱・玉葱・昆布エキスパウダー・にんにく・酵母エキスパウダー・生姜・アミノ酸・カラメル色素)チキンエキス・ポークエキス・食塩・砂糖・食用油脂(豚肉・鶏肉・牛肉)香辛料(生姜・ニンニク・胡椒)pH調整剤・酒・一部に大豆・小麦・ゼラチン含む
	ストロベリームース	乳糖を主要とする食品(卵・乳・大豆)カスタードパウダー(小麦・乳)グラニュー糖・ゼラチン(豚由来)いちご濃縮果汁・カラギナン・香料・クチナシ(着色)乳化剤(乳・大豆)水

■ドレッシングは、全8種・・・原材料は、ホームページでご確認いただけます。また、食堂内にも掲示してあります。

※鴨川青年の家では、アレルギーをお持ちの方へ対応プランをご用意しています。ホームページ[食事関係→アレルギーについて]をご参照の上、対応プランA～Eのご希望対応を専用の用紙にご記入頂きFAXでお送りください。

※代替食のお持込や一部差し替え食をご希望の場合は、必ず事前に必要書類をFAXにてお送り下さい。折り返し確認のご連絡を致します。(持込代替食は、当日食堂にて保管し食事の時間に温めてご提供出来ます。)

※厨房では、アレルギーに対応する特別な保管場所や設備が無いため、一般の食材と同じ取扱になります。また、コンタミンやごく微量の摂取でもアナフィラキシーショック等重篤な症状を起こす可能性のある方は、万が一の事を考慮して厨房での調理は控えさせていただきますのでご了承ください。

③ 献立・原材料表

【 提供日：令和1年1月～3月の3.11.19.27日 】

	献立	原 材 料
朝	ご飯(千葉県産)	千葉県産こしひかり
	胡麻ロールパン	小麦・砂糖・ショートニング・全卵・マーガリン(乳)・ごま・イースト・食塩・脱脂粉乳・ライ麦・アセロラパウダー・乳化剤・香料(乳)カロチノイド色素・調整水・一部に大豆含む
	鯖の塩焼き	鯖・塩
	ウインナー	豚肉・鶏肉・豚脂肪・粉末水あめ・ぶどう糖・砂糖・大豆たん白・食塩・たんぱく加水分解物・香辛料・酵母エキス・加工でん粉・カゼインNa・アミノ酸・リン酸塩・保存料ソルビン酸他・酸化防止剤・香辛料抽出物・発色剤・アトナー・原料の一部に乳・牛肉を含む
	オムレツ	鶏卵・玉葱・人参・牛肉・豚肉・粉状植物性大豆蛋白・砂糖・でんぷ粉・植物油・食塩・醤油(小麦・大豆)ラード・チキンソマパウダー(乳成分・鶏肉)ホークエキス・香辛料(大豆)加工澱粉・増粘剤・アミノ酸・酸味料・カロチノイド色素・水
	大豆を摂ろう 納豆	大豆・大豆菌[タレ]醤油(小麦・大豆)植物蛋白加水分解物・砂糖混合ぶどう糖果糖液糖・加糖ぶどう糖液糖・醸造酢・食塩・ミリン・鰹エキス・砂糖・アミノ酸等[辛子]食塩・醸造酢・還元水飴・ウコン・増粘多糖類
	さつま芋レモン煮	さつま芋・糖類(砂糖・ぶどう糖果糖液糖・水あめ)レモン果汁・醸造酢・食塩・グリシン・加工でん粉・香料・清水
	味噌汁(白菜)	白菜[味噌]大豆・米・食塩・酒精[出汁]アミノ酸等・食塩・砂糖・鰹節粉末・かつおエキス・酵母エキス・でん粉
食	彩りサラダ	レタス・キャベツ・人参
	ふりかけ	胡麻・鶏卵・砂糖・小麦粉・乳糖・食塩・大豆加工品・海苔・こしあん・鯖削り節・マーガリン(乳・大豆)・ハム油・海藻カルシウム・チキン・鰹・魚介・酵母・鶏肉・澱粉・鶏脂・脱脂粉乳・醤油(大豆・小麦)大豆蛋白・抹茶・あおさ・ぶどう糖・果糖液糖・卵黄油・イースト・みりん・なたね油・バター・大豆油・アミノ酸・カロチノイド色素・ビタミンE
	苺ジャム・マーガリン	[苺ジャム]水飴・砂糖・いちご・リンゴ・ペクチン(リンゴ)・酸味料・香料[マーガリン]食用植物油脂・食用精製加工油脂・粉乳・食塩・水・乳化剤(大豆由来)・香料・カロチン・ビタミンA
	オレンジ	オレンジ
昼	ご飯(千葉県産)	千葉県産こしひかり
	和風スパゲティ	[麺]スパゲティ(デュラム小麦のセモリナ)[具・ソース]パプリカ・キャベツ・玉ねぎ・玉葱・薄口醤油(小麦・大豆)・食塩・胡椒・味の素
	竹輪磯辺揚げ	[ちくわ]魚肉・澱粉・植物油脂・食塩・ぶどう糖・砂糖・発酵調味料・加工でん粉・炭酸Ca・アミノ酸・水※原料には、海老・蟹を食べている魚を含みます。[天ぷら粉]小麦粉・コーン粉末・澱粉(小麦)食塩・酵母エキス・加工でん粉・膨張剤・乳化剤※製造工場では、卵・乳成分を含む製品を製造。
	秋刀魚甘露煮	秋刀魚・砂糖・醤油(小麦・大豆)麦芽等・ミリン・酒・ソルビトール・原材料の一部に小麦含む
	白菜と油揚げおひたし	白菜・油揚げ(大豆)醤油(小麦・大豆)おかか
	おくら煮	おくら・おかか・醤油(小麦・大豆)酒・ミリン
食	味噌汁(小松菜)	小松菜[味噌]大豆・米・食塩・酒精[出汁]アミノ酸等・食塩・砂糖・鰹節粉末・かつおエキス・酵母エキス・でん粉
	温野菜サラダ	温野菜：ブロッコリー・カリフラワー・ニンジン
	グレープフルーツ	グレープフルーツ
夕	ご飯(千葉県産)	千葉県産こしひかり
	あんかけ焼きそば	豚肉・キャベツ・玉葱・人参・もやし[麺]小麦粉・植物油脂・食塩・グリシン・かんすい・乳化剤・クチナシ色素・保存料(しらこたん白/鮭由来)水[八宝菜ルウ]醤油(小麦・大豆)発酵調味料・オイスターソース・チキンエキス・ポークエキス・砂糖・食塩・生姜・ガーリックペースト・香料・貝柱粉・ごま油・でん粉・醸造酢(小麦)水・アミノ酸等・加工でん粉・キサンタンガム・酸味料
	ブルーダックカレー	鶏ささみ・鶏むね肉・チキンブイヨン・水・でん粉・醤油(小麦・大豆)味付タレ(醤油・酒・砂糖・醸造酢・食塩・酵母エキス)生姜・胡椒・味醂・卵白粉・食塩・加工でん粉・キサンタンガム・アミノ酸等・ポリリン酸Na・ソルビトール・香辛料抽出物(大豆)玉ねぎ・牛脂豚脂混合油・小麦粉・ウスターソース(大豆・リンゴ)トマトペースト・香辛料・はちみつ・食塩・砂糖・チーズ・全粉乳・ビーフエキス・カレーパウダー・白菜・さつまいもパウダー・澱粉・チキンエキス・オニオンパウダー(大豆)酵母エキス・ガーリックパウダー・カラメル色素・調味料(有機酸)酸味料・香料・甘味料(甘草)
	クジラ竜田揚げ	[鯨味付き肉]つち鯨・醤油(小麦・大豆)・砂糖・生姜・みりん・清酒[衣]・片栗粉・揚げ油(大豆)
	ハムカツ	鶏肉・豚肉・豚脂・でん粉(小麦)粉末状大豆たん白・水あめ・食塩・還元水あめ・卵たん白・乳たん白・香辛料(大豆)ポークパウダー・玉ねぎ・加工でん粉・調整剤・アミノ酸等・酸化防止剤・リン酸塩・発色剤・コチニール色素・グリシン・水[衣]パン粉(小麦・乳・大豆)バターミックス・加工でん粉・増粘剤・乳化剤・水
	ジャーマンポテト	馬鈴薯・玉ねぎ・ショルダーベーコン(卵・乳・大豆・豚肉)マーガリン(乳・大豆)食塩・食用植物油脂(大豆)香辛料・醸造酢・グリシン・酢酸ナトリウム・アミノ酸等・リン酸塩・乳化剤(大豆)・V.C・くん液(大豆)発色剤・香料・原材料の一部にゼラチン・鶏肉含む
	酢の物	わかめ・白きくらげ・赤つのまた・青つのまた・レタス・胡瓜[三杯酢]酢・昆布・砂糖
食	ごぼうサラダ	ごぼう・乳化液状ドレッシング(小麦・卵・大豆)砂糖・ごま・ごま油・かつおエキス・食塩・七味唐辛子(ごま)アミノ酸等・増粘多糖類・水
	生野菜	キャベツ・胡瓜・人参
	オニオンスープ	デキストリン・食塩・食用油脂・玉ねぎエキス・チーズ(乳)・酵母エキス・でん粉・砂糖・野菜エキス・たまねぎ・肉エキス(ビーフ・チキン)醤油(小麦・大豆)香辛料・アミノ酸等・カラメル色素・酸味料
	オレンジゼリー	オレンジ果汁・砂糖・水・ゲル化剤・ビタミンC・クエン酸鉄・香料

■ドレッシングは、全8種・・・原材料は、ホームページでご確認いただけます。また、食堂内にも掲示してあります。

※鴨川青年の家では、アレルギーをお持ちの方へ対応プランをご用意しています。ホームページ[食事関係→アレルギーについて]をご参照の上、対応プランA～Eのご希望対応を専用の用紙にご記入頂きFAXでお送りください。

※代替食のお持込や一部差し替え食をご希望の場合は、必ず事前に必要書類をFAXにてお送り下さい。折り返し確認のご連絡を致します。(持込代替食は、当日食堂にて保管し食事の時間に温めてご提供出来ます。)

※厨房では、アレルギーに対応する特別な保管場所や設備が無い場合、一般の食材と同じ取扱いになります。また、コンタミやごく微量の摂取でもアナフィラキシーショック等重篤な症状を起こす可能性のある方は、万が一の事を考慮して厨房での調理は控えさせていただきますのでご了承ください。

④ 献立・原材料表

【 提供日：令和1年1月～3月の4.12.20.28日 】

	献立	原 材 料
朝	ご飯(千葉県産)	千葉県産こしひかり
	胡麻ロールパン	小麦・砂糖・ショートニング・全卵・マーガリン(乳)・ごま・イースト・食塩・脱脂粉乳・ライ麦・アセロラパウダー・乳化剤・香料(乳)カロチノイド色素・調整水・一部に大豆含む
	肉団子シャリアビンソース	鶏肉・玉葱・粉状植物性たん白(大豆)パン粉(小麦)粉末状大豆たん白・砂糖・醤油(小麦・大豆)野菜エキス調味料(小麦・大豆)豚肉)香辛料(小麦)チキンブイヨン調味料・オニオンエキスパウダー・乾椎茸粉末・植物油脂・加工でん粉[ソース]玉葱・砂糖・醤油(小麦・大豆)みりん・醸造酢(小麦)植物油脂(ニンニクペースト・油脂加工品・ラード・オニオンパウダー)おろし生姜・酵母エキスパウダー・加工でん粉・カラメル色素・無機塩・なたね油・調整水等
	豆腐	丸大豆・凝固剤・海水塩化マグネシウム(にがり)
	スクランブルエッグ	鶏卵・食用植物油脂・牛乳・粉末水あめ・醸造酢・食塩・ゼラチン・還元水あめ・加工でん粉・キサンタンガム・アミノ酸・調整剤・カロチノイド色素・香料(乳)・水
	大豆を摂ろう 納豆	大豆・大豆菌[タレ]醤油(小麦・大豆)植物蛋白加水分解物・砂糖混合ぶどう糖果糖液糖・加糖ぶどう糖液糖・醸造酢・食塩・ミリン・鰹エキス・砂糖・アミノ酸等[辛子]食塩・醸造酢・還元水飴・ウコン・増粘多糖類
	マカロニサラダ	マカロニ(デュラム小麦のセモリナ)マヨネーズ(大豆・卵・小麦)半固体状ドレッシング(小麦・卵・大豆)胡瓜・玉ねぎ・人参・砂糖・乳糖・卵・食塩・食用油脂(大豆)アミノ酸等・増粘剤・酵素・香辛料抽出物・水
	味噌汁(しめじ)	しめじ・玉葱・[味噌]大豆・米・食塩・酒精[出汁]アミノ酸等・食塩・砂糖・鰹節粉末・かつおエキス・酵母エキス・でん粉
食	彩りサラダ	レタス・キャベツ・人参
	ふりかけ	胡麻・鶏卵・砂糖・小麦粉・乳糖・食塩・大豆加工品・海苔・こしあん・鯖削り節・マーガリン(乳・大豆)・ハム油・海藻カルシウム・チキン・鰹・魚介・酵母・鶏肉・澱粉・鶏脂・脱脂粉乳・醤油(大豆・小麦)大豆蛋白・抹茶・あおさ・ぶどう糖・果糖液糖・卵黄油・イースト・みりん・なたね油・バター・大豆油・アミノ酸・カロチノイド色素・ビタミンE
	苺ジャム・マーガリン	[苺ジャム]水飴・砂糖・いちご・リンゴ・ペクチン(リンゴ)・酸味料・香料[マーガリン]食用植物油脂・食用精製加工油脂・粉乳・食塩・水・乳化剤(大豆由来)・香料・カロチン・ビタミンA
	ヨーグルト	乳製品・砂糖・ミルクカルシウム・寒天
昼	ご飯(千葉県産)	[ご飯]千葉県産こしひかり
	ほうれん草とベーコンスパゲティ	[麺]デュラム小麦のセモリナ[具]ほうれん草・ベーコン(豚バラ・糖類・食塩・大豆蛋白・卵蛋白・乳・カゼイン・リン酸塩・アミノ酸・ビタミンC・カラギナン・発色料・着色料)玉葱・パプリカ[ソース]薄口醤油(小麦・大豆・食塩・アルコール・他)食塩・胡椒
	さつま芋天ぷら	さつま芋・小麦粉・卵・水・でん粉・パンプキンパウダー・ベーキングパウダー・カロテン
	揚げ出し豆腐	[豆腐]大豆・水・加工でん粉・豆腐用凝固剤(大豆)水・ネギ[衣]でん粉・小麦たん白・大豆粉[あん]醤油(小麦・大豆)酒・みりん・鰹節
	茄子の生姜焼	茄子・醤油(小麦・大豆)生姜・味醂・酒
	おかず豆	大豆・昆布・砂糖・還元水あめ・醤油(小麦・大豆)食塩・鰹だし・水・環状オリゴ糖
食	すまし汁(豆腐・葱)	豆腐(丸大豆・凝固剤・海水塩化マグネシウム(にがり)若布[出汁]アミノ酸等・食塩・砂糖・鰹節粉末・かつおエキス・酵母エキス・でん粉・薄口醤油(小麦・大豆・食塩・アルコール・他)酒・塩
	温野菜サラダ	温野菜：ブロッコリー・カリフラワー・ニンジン
	オレンジ	オレンジ
夕	ご飯(千葉県産)	千葉県産こしひかり
	焼うどん	[麺]小麦粉・食塩・水・大豆油[具]豚肉・キャベツ・もやし・人参・パプリカ[ソース]糖類・醸造酢・野菜・果汁(もも・りんご)醤油(小麦・大豆)食塩・アミノ酸液(大豆)香辛料(大豆)オオスターエキス(大豆)マッシュルーム・肉エキス(鶏肉・豚肉)酵母エキス(大豆)魚肉エキス・ホタテエキス・昆布・エビエキス・水・カラメル色素・増粘剤・アミノ酸等・ウスターソース(醸造酢・ぶどう糖果糖液糖・砂糖・食塩・玉葱・トマト・リンゴエキス・オオスターエキス・カラメル色素・アミノ酸)
	ブルーダックカレー	鶏ささみ・鶏むね肉・チキンブイヨン・水・でん粉・醤油(小麦・大豆)味付タレ(醤油・酒・砂糖・醸造酢・食塩・酵母エキス)生姜・胡椒・味醂・卵白粉・食塩・加工でん粉・キサンタンガム・アミノ酸等・ポリリン酸Na・ソルビトール・香辛料抽出物(大豆)玉ねぎ・牛脂豚脂混合油・小麦粉・ウスターソース(大豆・リンゴ)トマトペースト・香辛料・はちみつ・食塩・砂糖・チーズ・全粉乳・ビーフエキス・カレーパウダー・白菜・さつまいもパウダー・澱粉・チキンエキス・オニオンパウダー(大豆)酵母エキス・ガーリックパウダー・カラメル色素・調味料(有機酸)酸味料・香料・甘味料(甘草)
	味噌かつ	豚ヒレ肉・卵白・粉末状植物性たん白(大豆)・食塩・水・トレハロース・リン酸・増粘多糖類・アミノ酸等・調整剤[衣]パン粉(小麦)小麦粉・食塩・植物油脂・デキストリン・蒟蒻粉・水・加工でん粉・アミノ酸等・乳化剤・増粘剤[味噌たれ]味噌(大豆)・ぶどう糖果糖液糖・砂糖・米発酵調味料・醤油もろみ(小麦・大豆)ごま・酵母エキス・食物繊維(オレンジ)ソルビトール・セルロース・キサンタンガム・加工でん粉
	鯖味噌煮	鯖[味噌]大豆・米・食塩・酒精・酒・砂糖・醤油(小麦・大豆)みりん・生姜 ※アミノ酸・調整剤・加工でん粉含む
	筑前煮	筍・人参・蒟蒻・蓮根・鶏肉・醤油・椎茸・砂糖・牛蒡・本みりん・かつおだし・アミノ酸・原材料の一部に小麦・大豆を含む
	フライドポテト	じゃが芋・植物油脂(大豆)食塩・ぶどう糖・香辛料抽出物・ピロリン酸ナトリウム
	食	ひじきサラダ
	生野菜	キャベツ・胡瓜・人参
	豚汁	豚肉・大根・人参・蒟蒻・葱・牛蒡・胡麻油・[味噌]大豆・米・食塩・酒精[出汁]アミノ酸等・食塩・砂糖・鰹節粉末・かつおエキス・酵母エキス・でん粉
	プリン	砂糖・水飴・ぶどう糖果糖液糖・ショートニング(大豆)脱脂粉乳(乳・乳製品)・加糖卵黄・牛乳・加糖練乳・卵黄加工品・食塩・ゲル化剤・香料(乳・乳製品)着色料(ゼラチン)乳化剤・水

■ドレッシングは、全8種・・・原材料は、ホームページでご確認いただけます。また、食堂内にも掲示してあります。
 ※鴨川青年の家では、アレルギーをお持ちの方へ対応プランをご用意しています。ホームページ[食事関係→アレルギーについて]をご参照の上、対応プランA～Eのご希望対応を専用の用紙にご記入頂きFAXでお送りください。
 ※代替食のお持込や一部差し替え食をご希望の場合は、必ず事前に必要書類をFAXにてお送り下さい。折り返し確認のご連絡を致します。(持込代替食は、当日食堂にて保管し食事の時間に温めてご提供出来ます。)
 ※厨房では、アレルギーに対応する特別な保管場所や設備が無いため、一般の食材と同じ取扱いになります。また、コンタミンやごく微量の摂取でもアナフィラキシーショック等重篤な症状を起こす可能性のある方は、万が一の事を考慮して厨房での調理は控えさせていただきますのでご了承ください。

5 献立・原材料表

【 提供日：令和1年1月～3月の5.13.21.29日 】

	献立	原 材 料
朝	ご飯(千葉県産)	千葉県産こしひかり
	胡麻ロールパン	小麦・砂糖・ショートニング・全卵・マーガリン(乳)・ごま・イースト・食塩・脱脂粉乳・ライ麦・アセロラパウダー・乳化剤・香料(乳)カロチノイド色素・調整水・一部に大豆含む
	鱈の塩焼き	あじ・食塩・調整剤・グリシン・トレハロース・V.C・水
	ウインナー	豚肉・鶏肉・豚脂肪・粉末水あめ・ぶどう糖・砂糖・大豆たん白・食塩・たんぱく加水分解物・香辛料・酵母エキス・加工でん粉・カゼインNa・アミノ酸・リン酸塩・保存料ソルビン酸他・酸化防止剤・香辛料抽出物・発色剤・アトナー・原材料の一部に乳・牛肉を含む
	厚焼玉子	鶏卵・砂糖・だし汁(しょうゆ・米発酵調味料・食塩・鰹節粉末・その他)澱粉・酒精・植物油・アミノ酸・一部に小麦・大豆を含む
	大豆を摂ろう 納豆	大豆・大豆菌[タレ]醤油(小麦・大豆)植物蛋白加水分解物・砂糖混合ぶどう糖果糖液糖・加糖ぶどう糖液糖・醸造酢・食塩・ミリン・鰹エキス・砂糖・アミノ酸等【辛子】食塩・醸造酢・還元水飴・ウコン・増粘多糖類
	鉄分いっぱいひじき煮	ひじき・人参・大豆・油揚・蒟蒻・醤油・砂糖・ぶどう糖果糖液糖・本みりん・食塩・かつおだし・調味料(アミノ酸)・その他(大豆・小麦を含む)
	味噌汁(若布・葱)	若布・長葱[味噌]大豆・米・食塩・酒精[出汁]アミノ酸等・食塩・砂糖・鰹節粉末・かつおエキス・酵母エキス・でん粉
食	彩りサラダ	レタス・キャベツ・人参
	ふりかけ	胡麻・鶏卵・砂糖・小麦粉・乳糖・食塩・大豆加工品・海苔・こしあん・鯖削り節・マーガリン(乳・大豆)・パーム油・海藻カルシウム・チキン・鰹・魚介・酵母・鶏肉・澱粉・鶏脂・脱脂粉乳・醤油(大豆・小麦)大豆蛋白・抹茶・あおさ・ぶどう糖・果糖液糖・卵黄油・イースト・みりん・なたね油・バター・大豆油・アミノ酸・カロチノイド色素・ビタミンE
	苺ジャム・マーガリン	[苺ジャム]水飴・砂糖・いちご・リンゴ・ペクチン(リンゴ)・酸味料・香料[マーガリン]食用植物油脂・食用精製加工油脂・粉乳・食塩・水・乳化剤(大豆由来)・香料・カロチン・ビタミンA
	オレンジ	オレンジ
昼	ご飯(千葉県産)	[ご飯]千葉県産こしひかり
	焼きそば風スパゲティ	スパゲティ(デュラム小麦のセモリナ)パプリカ・玉ねぎ・キャベツ・もやし・人参[中濃ソース]ぶどう糖果糖液糖・砂糖・醸造酢・野菜・果実(トマト・玉葱・りんご・人参・その他)醤油(小麦・大豆)食塩・アミノ酸液・香辛料・オイスターエキス・マツシユルム・肉エキス・酵母エキス・魚肉エキス・帆立エキス・昆布・海老エキス・カラメル色素・加工でん粉・タマリンド・調味料(アミノ酸等)原材料の一部に小麦・えび・大豆・鶏肉・豚肉・もも・りんごを含む
	秋刀魚竜田揚げ	秋刀魚・醤油(小麦・大豆)[衣]でん粉・植物油脂・水
	豆腐焼売	玉葱・人参・枝豆・とうもろこし・豆腐・魚肉すり身・なたね油・豆乳・粉末状大豆たん白・砂糖・食塩・酵母エキス・発酵調味料(小麦)ひじき・香辛料・加工でん粉[皮]小麦粉・還元澱粉分解物・加工でん粉・水
	ほうれん草と油揚げおひたし	ほうれん草・油揚(大豆)醤油(小麦・大豆)おかか
	金時豆	金時豆・砂糖・水あめ・食塩・ソルビトール・pH調整剤 ※同一工場内で小麦・あわび・さけ・りんご・卵・オレンジ・鯖・ゼラチン・胡麻・大豆・牛肉・くるみ・鶏肉・えび・豚肉・蟹・まつたけを使用しています。
食	味噌汁(もやし・油揚)	もやし・油揚(大豆)[味噌]大豆・米・食塩・酒精[出汁]アミノ酸等・食塩・砂糖・鰹節粉末・かつおエキス・酵母エキス・でん粉
	温野菜サラダ	温野菜：ブロッコリー・カリフラワー・ニンジン
	パイナップル	パイナップル
夕	ご飯(千葉県産)	千葉県産こしひかり
	トマトペンネグラタン	マカロニ(小麦)ナチュラルチーズ(生乳・食塩)セルロール・トマトケチャップ・玉ねぎ・人参・トマトペースト・醸造酢(りんご)オニオンエキス・マルトオリゴ糖・砂糖・植物油脂(大豆)食塩・ポーク・チキンエキス・ガーリックペースト・香辛料・加工でん粉・キサンタンガム・アミノ酸等・酢酸ナトリウム・グリシン・水
	ブルーダックカレー	鶏ささみ・鶏むね肉・チキンブイヨン・水・でん粉・醤油(小麦・大豆)味付タレ(醤油・酒・砂糖・醸造酢・食塩・酵母エキス)生姜・胡椒・味醂・卵白粉・食塩・加工でん粉・キサンタンガム・アミノ酸等・ポリリン酸Na・ソルビトール・香辛料抽出物(大豆)玉ねぎ・牛脂豚脂混合油・小麦粉・ウスターソース(大豆・リンゴ)トマトペースト・香辛料・はちみつ・食塩・砂糖・チーズ・全粉乳・ビーフエキス・カレーパウダー・白菜・さつまいもパウダー・澱粉・チキンエキス・オニオンパウダー(大豆)酵母エキス・ガーリックパウダー・カラメル色素・鶏肉・牛肉・豚肉・玉ねぎ・パン粉(小麦・乳・大豆)全卵・チーズ・卵・大豆たん白・牛脂・醤油(小麦・大豆)食塩・香辛料・加工でん粉・安定剤・炭酸・アミノ酸・リン酸塩・乳化剤・酢酸・香料(乳)[ソース]小麦・トマトケチャップ・ラード・トマトペースト・ビーフ風味エキス(小麦・牛肉・ゼラチン・大豆・豚肉)ビーフエキス・酵母エキス・砂糖・食塩・牛肉・乾燥玉ねぎ・赤ワイン・炒め玉ねぎ(豚)バター(乳)香辛料(大豆)加工でん粉・カラメル色素・アミノ酸等・香辛料抽出物
	チーズハンバーグ	鶏肉・牛肉・豚肉・玉ねぎ・パン粉(小麦・乳・大豆)全卵・チーズ・卵・大豆たん白・牛脂・醤油(小麦・大豆)食塩・香辛料・加工でん粉・安定剤・炭酸・アミノ酸・リン酸塩・乳化剤・酢酸・香料(乳)[ソース]小麦・トマトケチャップ・ラード・トマトペースト・ビーフ風味エキス(小麦・牛肉・ゼラチン・大豆・豚肉)ビーフエキス・酵母エキス・砂糖・食塩・牛肉・乾燥玉ねぎ・赤ワイン・炒め玉ねぎ(豚)バター(乳)香辛料(大豆)加工でん粉・カラメル色素・アミノ酸等・香辛料抽出物
	クリームコロッケ	野菜パン粉(乳成分・小麦・大豆)とうもろこし・脱脂濃縮乳・たまねぎ・小麦粉・でん粉・ラード・ゼラチン・砂糖・食塩・コーンフラワー・チキンエキス調味料・香辛料・加工でん粉・増粘多糖類・安定剤・アミノ酸等・パプリカ粉末・水
	野菜グリルオニオンソース	ズッキーニ・さつま芋・赤パプリカ・レンコン・ヤングコーン・ブロッコリー[ソース]砂糖・玉ねぎ・醤油(小麦・大豆)アミノ酸液(大豆)リンゴバルブ・果糖ぶどう糖液糖・乾燥玉ねぎ・還元水あめ・オニオンソテー・鰹節エキス(小麦)レモン果汁・でん粉・食塩・発酵調味料・醸造酢(リンゴ)柚果汁・蛋白加水分解物(小麦)大豆油・生姜・昆布エキス・カラメル色素・酸化防止剤・キサンタンガム・水
	おかず豆	大豆・昆布・砂糖・還元水あめ・醤油(小麦・大豆)食塩・鰹だし・水・環状オリゴ糖
食	バジル&チーズスパサラダ	マカロニ(小麦)マヨネーズ(卵・乳)玉葱・ぶどう糖果糖液糖・マルトオリゴ糖・バジルペースト・食塩・乳糖を主要とする食品・チーズ加工品・醸造酢・チーズフード・ガーリックペースト・香辛料・チーズ・加工でん粉・キサンタンガム・アミノ酸等・紅花・クチナシ・乳化剤・香辛料抽出物・原材料の一部に乳製品・小麦・大豆含む
	生野菜	レタス・キャベツ・胡瓜・人参
	コンソメスープ	玉葱・コンソメ顆粒(食塩・乳糖・砂糖・食用油脂・醤油・蛋白加水分解物・デキストリン・玉葱・牛肉・酵母エキス・香辛料・チキンファット・アミノ酸・酸味料・カラメル色素・一部に大豆・小麦を含む)塩・胡椒・水
	原宿ドッグ(チョコ)	卵白・砂糖・小麦粉・鶏卵・植物油脂・ココアパウダー・カカオマス・チョコレート(大豆)全粉乳・生クリーム・増粘剤・加工でん粉・ベーキングパウダー・グリシン・水

■ドレッシングは、全8種・・・原材料は、ホームページでご確認いただけます。また、食堂内にも掲示してあります。

※鴨川青年の家では、アレルギーをお持ちの方へ対応プランをご用意しています。ホームページ[食事関係→アレルギーについて]をご参照の上、対応プランA～Eのご希望対応を専用の用紙にご記入頂きFAXでお送りください。

※代替食のお持込や一部差し替え食をご希望の場合は、必ず事前に必要書類をFAXにてお送り下さい。折り返し確認のご連絡を致します。(持込代替食は、当日食堂にて保管し食事の時間に温めてご提供出来ませす。)

※厨房では、アレルギーに対応する特別な保管場所や設備が無いため、一般の食材と同じ取扱いになります。また、コンタミンやごく微量の摂取でもアナフィラキシーショック等重篤な症状を起こす可能性のある方は、万が一の事を考慮して厨房での調理は控えさせていただきますのでご了承ください。

6 献立・原材料表

【 提供日：令和1年1月～3月の6.14.22.30日 】

	献立	原 材 料
朝	ご飯	千葉県産こしひかり
	フレンチトースト	小麦粉・全卵・砂糖・牛乳・加糖卵黄・ショートニング(大豆)・イースト・脱脂粉乳・食塩・小麦グルテン・植物油脂(大豆)・キシロース・グリシン・乳化剤(大豆)・香料・ビタミンC・水・材料の一部に大豆を含む
	胡麻ロールパン	小麦・砂糖・ショートニング・全卵・マーガリン(乳)・ごま・イースト・食塩・脱脂粉乳・ライ麦・アセロラパウダー・乳化剤・香料(乳)カロチノイド色素・調整水・一部に大豆含む
	肉団子甘酢和え	鶏肉・玉ねぎ・砂糖・醤油(小麦・大豆)粒状植物性たん白(大豆)パン粉(小麦)イヌリン・醸造酢(小麦)チキンエキス(小麦・ごま・大豆・鶏肉)粉末状植物性たん白(大豆)植物油(ごま)食塩・香辛料・加工でん粉・増粘剤・クエン酸・水・なたね油
	豆腐	丸大豆・凝固剤・海水塩化マグネシウム(にがり)
	炒り卵	鶏卵・植物油脂(大豆)・砂糖・食塩・澱粉粉末調味料・加工澱粉・清水
	大豆を摂ろう 納豆	大豆・大豆菌[タレ]醤油(小麦・大豆)植物蛋白加水分解物・砂糖混合ぶどう糖果糖液糖・加糖ぶどう糖液糖・醸造酢・食塩・ミリン・鯉エキス・砂糖・アミノ酸等[辛子]食塩・醸造酢・還元水飴・ウコン・増粘多糖類
	スパゲティサラダ	スパゲティ(小麦)半固体状ドレッシング(小麦・卵・乳・大豆)人参・粉末水あめ・砂糖・食塩・醸造酢・食用植物油脂(大豆)・加工でん粉・増粘多糖類・アミノ酸等・酵素(大豆)香辛料抽出物・水
食	味噌汁(ほうれん草)	ほうれん草[味噌]大豆・米・食塩・酒精[出汁]アミノ酸等・食塩・砂糖・鯉節粉末・かつおエキス・酵母エキス・でん粉
	彩りサラダ	レタス・キャベツ・人参
	ふりかけ	胡麻・鶏卵・砂糖・小麦粉・乳糖・食塩・大豆加工品・海苔・こしあん・鯖削り節・マーガリン(乳・大豆)・パーム油・海藻カルシウム・チキン・鯉・魚介・酵母・鶏肉・澱粉・鶏脂・脱脂粉乳・醤油(大豆・小麦)大豆蛋白・抹茶・あおさ・ぶどう糖・果糖液糖・卵黄油・イースト・みりん・なたね油・バター・大豆油・アミノ酸・カロチノイド色素・ビタミンE
	苺ジャム・マーガリン	[苺ジャム]水飴・砂糖・いちご・リンゴ・ペクチン(リンゴ)・酸味料・香料[マーガリン]食用植物油脂・食用精製加工油脂・粉乳・食塩・水・乳化剤(大豆由来)・香料・カロチン・ビタミンA
	ヨーグルト	乳製品・砂糖・ミルクカルシウム・寒天
昼	ご飯	[ご飯]千葉県産こしひかり
	焼きラーメン	[麺]小麦粉・小麦蛋白・食塩・水・菜種油・大豆油・加工でん粉・かん水・クチナシ色素・水[ソース・具]キャベツ・豚肉・筍・もやし・パプリカ・大豆油・[豚骨スープ]ガラスープ(小麦・乳成分・豚肉・鶏肉・牛肉・大豆・ゼラチン・胡麻・米)醤油・菜種油・豚脂・調整ラード・食塩・ゼラチン・砂糖・ポークオイル・たんぱく加水分解物(豚)・香辛料・グルタミン酸等・酒精・キサンタンガム・着色料・抽出トコフェロール(米・大豆)
	鶏の唐揚げ	鶏(もも)醤油(小麦・大豆)大豆蛋白・でん粉・砂糖・食塩・しょうが汁・粉末卵白・ニンニク・[衣]小麦粉・大豆蛋白・醤油(小麦・大豆)砂糖・食塩・香料[揚油]大豆油・アミノ酸・ポリリン酸・着色料(大豆)・水
	ロールキャベツ	キャベツ・豚肉・卵白粉末・粉末状植物たん白(小麦)加工でん粉・水・玉葱・豚脂・卵白・パン粉(小麦・大豆)でん粉・粉末状植物性たん白・醤油(小麦・大豆)食塩・かつお風味調味料(大豆)トマトピューレ・清酒・生姜ペースト・水・食塩[コンソメ]食塩・乳糖・砂糖・食用油脂・醤油・蛋白加水分解物・テキストリン・玉葱・牛肉・酵母エキス・香辛料・チキンファット・アミノ酸・酸味料・カラメル色素・一部に大豆・小麦を含む
	南瓜煮	南瓜・砂糖・みりん・薄口醤油(小麦・大豆・食塩・アルコール・他)酒
	切干大根	切り干し大根・醤油(小麦・大豆)還元水あめ・人参・油揚(大豆)・発酵調味料・食用植物油脂(大豆)[だし]かつお・さば・しいたけ・昆布・砂糖・醸造酢・清水
食	すまし汁(豆腐・若布)	豆腐(丸大豆・凝固剤・海水塩化マグネシウム・にがり)若布[出汁]アミノ酸等・食塩・砂糖・鯉節粉末・かつおエキス・酵母エキス・でん粉・薄口醤油(小麦・大豆・食塩・アルコール・他)酒・塩
	温野菜サラダ	温野菜：ブロッコリー・カリフラワー・ニンジン
	オレンジ	オレンジ
夕	ご飯	千葉県産こしひかり
	豚肉の中華炒め	豚肉・キャベツ・玉葱・人参・もやし・パプリカ・キクラゲ[たれ]醤油(小麦・大豆)香味油(コーン油・豆板醤・ガーリックペースト)砂糖・トウチ・食用大豆油・還元澱粉糖化物・甜面醬・蛋白加水分解物・豆みそ・老酒調製品・澱粉・食塩・りんごピューレ・香辛料・発酵調味料・カラメル色素・アミノ酸・増粘多糖類
	ブルーダックカレー	鶏ささみ・鶏むね肉・チキンブイヨン・水・でん粉・醤油(小麦・大豆)味付タレ(醤油・酒・砂糖・醸造酢・食塩・酵母エキス)生姜・胡椒・味醂・卵白粉・食塩・加工でん粉・キサンタンガム・アミノ酸等・ポリリン酸Na・ソルビトール・香辛料抽出物(大豆)玉ねぎ・牛脂豚脂混合油・小麦粉・ウスターソース(大豆・リンゴ)トマトペースト・香辛料・はちみつ・食塩・砂糖・チーズ・全粉乳・ビーフエキス・カレーパウダー・白菜・さつまいもパウダー・澱粉・チキンエキス・オニオンパウダー(大豆)酵母エキス・ガーリックパウダー・カラメル色素・調味料(有機酸)酸味料・香料・甘味料(甘草)
	油淋鶏	鶏肉・胡瓜・レタス・人参・パプリカ[アジアソース]本醸造醤油・砂糖・食用植物油脂・醸造酢・チキンエキス・香味食用油・おろししょうが・食塩・米発酵調味料・調味料(アミノサン等)酸味料・キサンタンガム・香辛料抽出物(一部に小麦・鯖・胡麻・大豆を含む)グリルチキンを使用の場合：鶏肉・卵白粉・大豆油・糖類・醤油(小麦・大豆)食塩・チキン風味調味料・香辛料・アミノ酸等・ポリリン酸も含まれる。
	揚げ餃子	キャベツ・小麦粉・米粉・玉葱・粉状大豆蛋白・鶏肉(卵・鶏肉)豚脂・豚肉・ニラ・でん粉・味噌(大豆)食塩・醤油(小麦・大豆)清酒・砂糖・チキンエキス調味料・卵白・ごま油・ポーク風味調味料(小麦・豚・大豆)胡椒・アミノ酸等・キシロース・水[揚油]植物油(大豆)
	麻婆茄子	茄子・ニラ[ソース]豚肉・鶏肉・砂糖・ごま油・醤油(小麦・大豆)ガーリックペースト・牛脂豚脂混合油・小麦粉・オイスターソース・食塩・トマトペースト・チキンエキス・生姜ペースト・みりん風発酵調味料・でん粉・ポークエキス・味噌・醸造酢・還元水あめ・豆板醤・みそ・唐辛子・アミノ酸等・増粘剤・着色料・酸味料・原材料の一部に小麦・胡麻・大豆・ゼラチン
食	もやしナムル	もやし・塩・ごま油・こしょう・みりん・味の素
	海藻サラダ	わかめ・白きくらげ・赤つのまた・青つのまた・レタス
	生野菜	キャベツ・胡瓜・人参
	中華スープ	キャベツ・葱・人参・ラーメンスープの素(醤油・食塩・ポークエキス・魚介エキス・葱・玉葱・昆布エキスパウダー)・にんにく・酵母エキスパウダー・生姜・アミノ酸・カラメル色素)チキンエキス・ポークエキス・食塩・砂糖・食用油脂(豚肉・鶏肉・牛肉)香辛料(生姜・ニンニク・胡椒)pH調整剤・酒・一部に大豆・小麦・ゼラチン含む
	プリン	砂糖・水飴・ぶどう糖果糖液糖・ショートニング(大豆)脱脂粉乳(乳・乳製品)・加糖卵黄・牛乳・加糖練乳・卵黄加工品・食塩・ゲル化剤・香料(乳・乳製品)着色料(ゼラチン)乳化剤・水

■ドレッシングは、全8種・・・原材料は、ホームページでご確認いただけます。また、食堂内にも掲示してあります。
 ※鴨川青年の家では、アレルギーをお持ちの方へ対応プランをご用意しています。ホームページ[食事関係→アレルギーについて]をご参照の上、対応プランA～Eのご希望対応を専用の用紙にご記入頂きFAXでお送りください。
 ※代替食のお持込や一部差し替え食をご希望の場合は、必ず事前に必要書類をFAXにてお送り下さい。折り返し確認のご連絡を致します。(持込代替食は、当日食堂にて保管し食事の時間に温めてご提供出来ます。)
 ※厨房では、アレルギーに対応する特別な保管場所や設備が無いため、一般の食材と同じ取扱になります。また、コンタミンやごく微量の摂取でもアナフィラキシーショック等重篤な症状を起こす可能性のある方は、万が一の事を考慮して厨房での調理は控えさせていただきますのでご了承ください。

⑦ 献立・原材料表

【 提供日：令和1年1月～3月の7.15.23.31日 】

	献立	原 材 料
朝	ご飯(千葉県産)	千葉県産こしひかり
	胡麻ロールパン	小麦・砂糖・ショートニング・全卵・マーガリン(乳)・ごま・イースト・食塩・脱脂粉乳・ライ麦・アセロラパウダー・乳化剤・香料(乳)カロチノイド色素・調整水・一部に大豆含む
	鯖の塩焼き	鯖・塩
	ウインナー	豚肉・鶏肉・豚脂肪・粉末水あめ・ぶどう糖・砂糖・大豆たん白・食塩・たんぱく加水分解物・香辛料・酵母エキス・加工でん粉・カゼインNa・アミノ酸・リン酸塩・保存料ソルビン酸他・酸化防止剤・香辛料抽出物・発色剤・アトナー・原材料の一部に乳・牛肉を含む
	オムレツ	鶏卵・玉葱・人参・牛肉・豚肉・粉状植物性大豆蛋白・砂糖・でんぷ粉・植物油・食塩・醤油(小麦・大豆)ラード・チキンソマパウダー(乳成分・鶏肉)ホウケキス・香辛料(大豆)加工澱粉・増粘剤・アミノ酸・酸味料・カロチノイド色素・水
	大豆を摂ろう 納豆	大豆・大豆菌[タレ]醤油(小麦・大豆)植物蛋白加水分解物・砂糖混合ぶどう糖果糖液糖・加糖ぶどう糖液糖・醸造酢・食塩・ミリン・鰹エキス・砂糖・アミノ酸等[辛子]食塩・醸造酢・還元水飴・ウコン・増粘多糖類
	さつま芋レモン煮	さつま芋・糖類(砂糖・ぶどう糖果糖液糖・水あめ)レモン果汁・醸造酢・食塩・グリシン・加工でん粉・香料・清水
	味噌汁(白菜)	白菜[味噌]大豆・米・食塩・酒精[出汁]アミノ酸等・食塩・砂糖・鰹節粉末・かつおエキス・酵母エキス・でん粉
	食	彩りサラダ
ふりかけ		胡麻・鶏卵・砂糖・小麦粉・乳糖・食塩・大豆加工品・海苔・こしあん・鯖削り節・マーガリン(乳・大豆)・ハム油・海藻カルシウム・チキン・鰹・魚介・酵母・鶏肉・澱粉・鶏脂・脱脂粉乳・醤油(大豆・小麦)大豆蛋白・抹茶・あおさ・ぶどう糖・果糖液糖・卵黄油・イースト・みりん・なたね油・バター・大豆油・アミノ酸・カロチノイド色素・ビタミンE
苺ジャム・マーガリン		[苺ジャム]水飴・砂糖・いちご・リンゴ・ペクチン(リンゴ)・酸味料・香料[マーガリン]食用植物油脂・食用精製加工油脂・粉乳・食塩・水・乳化剤(大豆由来)・香料・カロチン・ビタミンA
オレンジ		オレンジ
ご飯(千葉県産)		千葉県産こしひかり
昼	八宝菜	豚肉・白菜・人参・玉葱・もやし・インゲン・キクラゲ・味の素・[中華味]チキンエキス・ホウケキス・食塩・砂糖・食用油脂(豚肉・牛肉・鶏肉・トウモロコシ)香辛料(生姜・ニンニク・胡椒)一部に大豆・トウモロコシ・ゼラチン含む・アミノ酸・調整剤・片栗粉[八宝菜ルウ]醤油(小麦・大豆)発酵調味料・オイスターソース・チキンエキス・ポークエキス・砂糖・食塩・生姜・ガーリックペースト・香料・貝柱粉・ごま油・でん粉・醸造酢(小麦)水・アミノ酸等・加工でん粉・キサンタンガム・酸味料
	蟹玉	鶏卵・魚肉すり身・卵白・食塩・粉末状大豆たん白・澱粉・調味料製剤(大豆)加工でん粉・着色料・水・たけのこ水煮・人参・砂糖・グリーンピース・澱粉・リンゴ酢・果糖ぶどう糖液糖・みりん・乾燥椎茸・食塩・発酵調味料・魚介エキス(鯖)大豆油・加工でん粉・pH調整剤・着色剤・水[タレ]果糖ぶどう糖液糖・リンゴ酢・醤油(小麦・大豆)みりん・砂糖・ポークエキス調味料・オイスターソース・ごま油・蟹エキス(小麦・カニ・大豆)加工でん粉・調味料製剤(鶏肉・豚肉)水
	焼売	玉葱・生姜・豚肉・鶏肉・豚脂・粒状植物性たん白(大豆)パン粉(小麦・乳・大豆)砂糖・醤油(大豆・小麦)食塩・発酵調味料・たん白加水分解物(豚肉)香辛料・小麦粉・食塩・加工でん粉・アミノ酸等・香料(乳)カロチノイド色素・水
	白菜と油揚げおひたし	白菜・油揚げ(大豆)醤油(小麦・大豆)おかか
	おくら煮	おくら・おかか・醤油(小麦・大豆)酒・ミリン
	もやしスープ	もやし・ラーメンスープの素(醤油・食塩・ホウケキス・魚介エキス・葱・玉葱・昆布エキスパウダー・にんにく・酵母エキスパウダー・生姜・アミノ酸・カラメル色素)チキンエキス・ポークエキス・食塩・砂糖・食用油脂(豚肉・鶏肉・牛肉)香辛料(生姜・ニンニク・胡椒)pH調整剤・酒・一部に大豆・小麦含む
温野菜サラダ	温野菜：ブロッコリー・カリフラワー・ニンジン	
パイナップル	パイナップル	
夕	ご飯(千葉県産)	千葉県産こしひかり
	塩焼きそば	キャベツ・豚肉・人参・玉ねぎ・もやし・パプリカ[麺]小麦粉・植物油脂・食塩・グリシン・かんすい・乳化剤・クチナシ色素・保存料(しらこたん白/鮭由来)水[ソース]ぶどう糖果糖液糖・食塩・醸造酢・肉エキス(鶏肉・豚肉)たん白加水分解物(豚肉)香辛料・にんにく粉末・玉ねぎ粉末・水・増粘剤・アミノ酸等
	ブルーダックカレー	鶏ささみ・鶏むね肉・チキンブイヨン・水・でん粉・醤油(小麦・大豆)味付タレ(醤油・酒・砂糖・醸造酢・食塩・酵母エキス)生姜・胡椒・味醂・卵白粉・食塩・加工でん粉・キサンタンガム・アミノ酸等・ポリリン酸Na・ソルビトール・香辛料抽出物(大豆)玉ねぎ・牛脂豚脂混合油・小麦粉・ウスターソース(大豆・リンゴ)トマトペースト・香辛料・はちみつ・食塩・砂糖・チーズ・全粉乳・ビーフエキス・カレーパウダー・白菜・さつまいもパウダー・澱粉・チキンエキス・オニオンパウダー(大豆)酵母エキス・ガーリックパウダー・カラメル色素・調味料(有機酸)酸味料・香料・甘味料(甘草)
	ヒレカツ	豚ヒレ肉・粉末状植物性たん白(大豆)乾燥卵白・食塩・水・トレハロース・リン酸塩(Na)増粘多糖類・加工でん粉・アミノ酸等・pH調整剤・乳化剤[衣]パン粉(小麦)小麦粉・ショートニング・植物油脂・水溶性食物繊維・水・加工でん粉・増粘多糖類・乳化剤(大豆)
	鶏肉生姜焼き	鶏ムネ肉・チキンブイヨン・澱粉・醤油(小麦・大豆)味タレ(醤油・酒・砂糖・醸造酢・食塩・酵母エキス)生姜・胡椒・味醂・卵白粉・食塩・加工でん粉・キサンタンガム・アミノ酸等・ポリリン酸・ソルビトール・香辛料抽出物[タレ]醤油(小麦・大豆)みりん・酒・砂糖・生姜
	大根のみそ田楽	大根[味噌たれ]味噌(大豆)・ぶどう糖果糖液糖・砂糖・米発酵調味料・醤油もろみ(小麦・大豆)ごま・酵母エキス・食物繊維(オレンジ)ソルビトール・セルロース・キサンタンガム・加工でん粉
	金平牛蒡	牛蒡・人参・醤油(大豆・小麦)砂糖・ぶどう糖果糖液糖・植物油・胡麻・胡麻油・醸造酢・食塩・ラー油・唐辛子・アミノ酸
	ポテトサラダ	馬鈴薯・半固体状ドレッシング(小麦・卵・乳・大豆)人参・玉ねぎ・砂糖・食塩・増粘多糖類・アミノ酸・グリシン・酢酸・酵素(大豆)※食品素材(さけ)・水
	生野菜	キャベツ・胡瓜・人参
食	豚汁	豚肉・大根・人参・蒟蒻・葱・牛蒡・胡麻油・[味噌]大豆・米・食塩・酒精[出汁]アミノ酸等・食塩・砂糖・鰹節粉末・かつおエキス・酵母エキス・でん粉
	オレンジゼリー	オレンジ果汁・砂糖・水・ゲル化剤・ビタミンC・クエン酸鉄・香料

■ドレッシングは、全8種・・・原材料は、ホームページでご確認いただけます。また、食堂内にも掲示してあります。

※鴨川青年の家では、アレルギーをお持ちの方へ対応プランをご用意しています。ホームページ[食事関係→アレルギーについて]をご参照の上、対応プランA～Eのご希望対応を専用の用紙にご記入頂きFAXでお送りください。

※代替食のお持込や一部差し替え食をご希望の場合は、必ず事前に必要書類をFAXにてお送り下さい。折り返し確認のご連絡を致します。(持込代替食は、当日食堂にて保管し食事の時間に温めてご提供出来ます。)

※厨房では、アレルギーに対応する特別な保管場所や設備が無いため、一般の食材と同じ取扱いになります。また、コンタミンやごく微量の摂取でもアナフィラキシーショック等重篤な症状を起こす可能性のある方は、万が一の事を考慮して厨房での調理は控えさせていただきますのでご容赦ください。

	献立	原 材 料
朝	ご飯(千葉県産)	千葉県産こしひかり
	胡麻ロールパン	小麦・砂糖・ショートニング・全卵・マーガリン(乳)・ごま・イースト・食塩・脱脂粉乳・ライ麦・アセロラパウダー・乳化剤・香料(乳)カロチノイド色素・調整水・一部に大豆含む
	肉団子シャリアビンソース	鶏肉・玉葱・粉状植物性たん白(大豆)パン粉(小麦)粉末状大豆たん白・砂糖・醤油(小麦・大豆)野菜エキス調味料(小麦・大豆)豚肉)香辛料(小麦)チキンブイヨン調味料・オニオンエキスパウダー・乾椎茸粉末・植物油脂・加工でん粉[ソース]玉葱・砂糖・醤油(小麦・大豆)みりん・醸造酢(小麦)植物油脂(ニンニクペースト・油脂加工品・ラード・オニオンパウダー)おろし生姜・酵母エキスパウダー・加工でん粉・カラメル色素・無機塩・なたね油・調整水等
	豆腐	丸大豆・凝固剤・海水塩化マグネシウム(にがり)
	スクランブルエッグ	鶏卵・食用植物油脂・牛乳・粉末水あめ・醸造酢・食塩・ゼラチン・還元水あめ・加工でん粉・キサンタンガム・アミノ酸・調整剤・カロチノイド色素・香料(乳)・水
	大豆を摂ろう 納豆	大豆・大豆菌[タレ]醤油(小麦・大豆)植物蛋白加水分解物・砂糖混合ぶどう糖果糖液糖・加糖ぶどう糖液糖・醸造酢・食塩・ミリン・鰹エキス・砂糖・アミノ酸等[辛子]食塩・醸造酢・還元水飴・ウコン・増粘多糖類
	マカロニサラダ	マカロニ(デュラム小麦のセモリナ)マヨネーズ(大豆・卵・小麦)半固体状ドレッシング(小麦・卵・大豆)胡瓜・玉ねぎ・人参・砂糖・乳糖・卵・食塩・食用油脂(大豆)アミノ酸等・増粘剤・酵素・香辛料抽出物・水
	味噌汁(しめじ)	しめじ・玉葱・[味噌]大豆・米・食塩・酒精[出汁]アミノ酸等・食塩・砂糖・鰹節粉末・かつおエキス・酵母エキス・でん粉
食	彩りサラダ	レタス・キャベツ・人参
	ふりかけ	胡麻・鶏卵・砂糖・小麦粉・乳糖・食塩・大豆加工品・海苔・こしあん・鯖削り節・マ・ガリン(乳・大豆)・パーム油・海藻カルシウム・チキン・鰹・魚介・酵母・鶏肉・澱粉・鶏脂・脱脂粉乳・醤油(大豆・小麦)大豆蛋白・抹茶・あおさ・ぶどう糖・果糖液糖・卵黄油・イースト・みりん・なたね油・バター・大豆油・アミノ酸・カロチノイド色素・ビタミンE
	苺ジャム・マーガリン	[苺ジャム]水飴・砂糖・いちご・リンゴ・ペクチン(リンゴ)・酸味料・香料[マーガリン]食用植物油脂・食用精製加工油脂・粉乳・食塩・水・乳化剤(大豆由来)・香料・カロチン・ビタミンA
	ヨーグルト	乳製品・砂糖・ミルクカルシウム・寒天
昼	ご飯	[ご飯]千葉県産こしひかり
	ポロネーゼスパゲティ	[麺]デュラム小麦のセモリナ・食塩[ルー]トマト・玉葱・人参・リンゴ・ニンニク・ぶどう糖果糖液糖・砂糖・牛肉・大豆油脂・粉末状大豆蛋白・ビ・フェキシ(小麦・大豆)・食塩・マ・ガリン(乳・大豆)香辛料・バター(乳)加工澱粉・レモン果汁・オリーブオイル
	野菜コロッケ	馬鈴薯・砂糖・玉葱・乾燥マッシュポテト・粉状植物性大豆蛋白・鶏肉・大豆油脂・醤油(小麦・大豆)食塩・チキンエキス・香辛料・酵母エキス・アミノ酸・ココア・[衣]パン粉(小麦・乳・大豆)でん粉・小麦粉・ぶどう糖・粉末状植物性大豆蛋白・グァーガム・アミノ酸・乳化剤(乳)・水
	たこ焼き	キャベツ・葱・蛸・小麦粉・植物油脂・砂糖・全卵・紅生姜・鰹節粉末・米粉・昆布エキス・澱粉・鰹エキス・デキストリン・昆布粉末・乳蛋白・蛋白加水分解物(大豆)・加工澱粉・アミノ酸・ベーキングパウダー・紅麴色素・炭酸[ソス]もも・リンゴ・醸造酢・醤油(大豆・小麦)食塩・酒精・ウスターソース(小麦・大豆・鶏肉・豚肉・リンゴ)香辛料オイスターソース(大豆)昆布エキス・酵母エキス・肉エキス(鶏肉・豚肉)蛋白加水分解物(大豆)魚肉エキス・ホタテエキス・水・増粘剤・アミノ酸・カラメル色素※蛸は、蟹・海老を食べています。
	茄子のポン酢和え	なす・大豆油・ミョウバン[ポン酢]本醸造醤油(小麦・大豆)果糖ぶどう糖液糖・柑橘果汁・醸造酢・食塩・アミノ酸等・酸味料・香料
	おかず豆	大豆・昆布・砂糖・還元水あめ・醤油(小麦・大豆)食塩・鰹だし・水・環状オリゴ糖
	すまし汁(豆腐・葱)	豆腐(大豆)にがり・消泡剤)葱[出汁]アミノ酸等・食塩・砂糖・鰹節粉末・かつおエキス・酵母エキス・でん粉・薄口醤油(大豆・小麦・食塩・アルコール・他)酒・塩
食	温野菜サラダ	温野菜:ブロッコリー・カリフラワー・ニンジン
	オレンジ	オレンジ
	ご飯(千葉県産)	千葉県産こしひかり
夕	豚肉のオイスターソース炒め	豚肉・キャベツ・玉葱・人参・もやし・パプリカ・キクラゲ[オイスターソース]砂糖・かきエキス・たん白加水分解物(大豆)食塩・でん粉・昆布エキス・アミノ酸等・酒精・カラメル色素・水
	シチュー	鶏肉・玉葱・じゃが芋・人参[ルー]小麦粉・植物油脂・砂糖・でん粉・食塩・デキストリン・全粉乳・脱脂粉乳・乳糖加工品・玉葱加工品・オニオンパウダー・チーズパウダー・酵母エキス・チキンブイヨンパウダー・野菜エキス・ポークエキス・醤油加工品・香辛料・調味油・バターミルクパウダー・調味料(アミノ酸)香料・乳化剤・酸味料・酸化防止剤※原材料の一部に乳製品・小麦・大豆・鶏肉・豚肉を含む
	フライドチキン	鶏肉・鶏手羽元・醤油(小麦・大豆)小麦粉・でん粉・砂糖・大豆油・黒胡椒・小麦粉加工品・にんにく末・パプリカ・香辛料・食塩・ニンニク・粉末卵白・米粉・脱脂粉乳・ポリリン酸ナトリウム・アミノ酸・パプリカ色素[衣]小麦粉・でん粉(小麦・卵・乳)パン粉(小麦)鶏卵・食塩・香辛料・植物油脂(大豆)脱脂粉乳・粉末状大豆たん白・米粉・ショートニング(大豆)砂糖[揚げ油]大豆油[調味料]アミノ酸等・加工でん粉(小麦・卵・乳)リン酸塩・増粘多糖類・重曹・香辛料抽出物・ベーキングパウダー・香料・カロチノイド・乳化剤(大豆)水
	豆腐ハンバーグ	豆腐(大豆)魚肉すり身・鶏肉・大豆油・玉ねぎ・蓮根・人参・山芋・青ネギ・砂糖・粉末状植物たん白(大豆)でん粉・食塩・香辛料・風味調味料(かつお)加工でん粉・トレハロース・アミノ酸等・水[ソース]砂糖・玉ねぎ・醤油(小麦・大豆)アミノ酸液(大豆)リンゴパルプ・果糖ぶどう糖液糖・乾燥玉ねぎ・還元水あめ・オニオンソテー・鰹節エキス(小麦)レモン果汁・でん粉・食塩・発酵調味料・醸造酢(リンゴ)柚子汁・蛋白加水分解物(小麦)大豆油・生姜・昆布エキス・カラメル色素・酸化防止剤・キサンタンガム・水
	フライドポテト	じゃが芋・植物油脂(大豆)食塩・ぶどう糖・香辛料抽出物・ピロリン酸ナトリウム
	煮豆	大豆・昆布・砂糖・還元水あめ・醤油(小麦・大豆)食塩・鰹だし・水・環状オリゴ糖
	カルボナーラ風スパゲティサラダ	マカロニ(小麦)マヨネーズ(卵・乳)植物油脂・チーズ・クリーム・脱脂粉乳・乳蛋白・バターオイル・食塩・ぶどう糖果糖液糖・マルトオリゴ糖・醸造酢・食塩・ぶどう糖調味料・植物油脂・チーズフード・チキンエキスパウダー・チーズ加工品・香辛料・酵母エキスパウダー・植物油脂・増粘剤・加工でん粉・キサンタンガム・アミノ酸等・乳化剤・カロチノイド色素・クエン酸・香辛料抽出物・一部に卵・乳成分・小麦・大豆・鶏肉・豚肉含む
	生野菜	キャベツ・胡瓜・人参
食	野菜コンソメスープ	キャベツ・人参・玉葱・コンソメ顆粒(食塩・乳糖・砂糖・食用油脂・醤油・蛋白加水分解物・デキストリン・玉葱・牛肉・酵母エキス・香辛料・チキンファット・アミノ酸・酸味料・カラメル色素・一部に大豆・小麦を含む)塩・胡椒・水
	青りんごムース	リンゴ果汁(脳秀句還元)砂糖・ぶどう糖果糖液糖・砂糖・ぶどう糖・水・ゲル化剤・ビタミンC・クエン酸鉄Na・香料・着色料(クチナシ・ビタミンB2)

■ドレッシングは、全8種・・・原材料は、ホームページでご確認いただけます。また、食堂内にも掲示してあります。

※鴨川青年の家では、アレルギーをお持ちの方へ対応プランをご用意しています。ホームページ[食事関係→アレルギーについて]をご参照の上、対応プランA～Eのご希望対応を専用の用紙にご記入頂きFAXでお送りください。

※代替食のお持込や一部差し替え食をご希望の場合は、必ず事前に必要書類をFAXにてお送り下さい。折り返し確認のご連絡を致します。(持込代替食は、当日食堂にて保管し食事の時間に温めてご提供出来ます。)

※厨房では、アレルギーに対応する特別な保管場所や設備が無いため、一般の食材と同じ取扱いになります。また、コンタミンやごく微量の摂取でもアナフィラキシーショック等重篤な症状を起こす可能性のある方は、万が一の事を考慮して厨房での調理は控えさせていただきますのでありますのでご容赦ください。