

① 献立・原材料表

【 提供日：2020年4月～6月の1.5.9.13.17.21.25.29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・アミノ酸等・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
	厚焼き玉子	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)
	味噌汁(若布)	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
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)		[ご飯]千葉県産こしひかり
昼	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・ヒ・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
	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
	茄子のボン酢和え	なす・大豆油・ミョウバン[ボン酢]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
	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。
	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
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
	パイナップル	パイナップル ※仕入れの都合によっては、缶詰のパインを使用
	ご飯(千葉県産)	千葉県産こしひかり
夕	中華味噌炒め	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・甜面醤・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	鶏肉・玉葱・じゃが芋・人参・牛肉・小麦粉・牛脂豚脂混合油・はちみつ・りんごペースト・砂糖・ホワイトルウ(小麦・バター)バナナペースト・カレーパウダー・チャツネ(リンゴ・大豆)南瓜ペースト・食塩・酵母エキス(大豆・小麦)トマトペースト・人参ペースト・チーズ・ソテーオニオン(豚)澱粉(とうもろこし)アスパラガスペースト・ガーリックペースト・生姜ペースト・ブロッコリーペースト・さつま芋ペースト・白菜ペースト・酵母パウダー・ローストキャベツパウダー・香辛料・アミノ酸等・酸味料・カラメル色素・香料(リンゴ)
	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・ボン酢
	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
食	ほうれん草ともやしナムル	ほうれん草・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)
	生野菜サラダ	レタス・キャベツ・胡瓜・人参
	若布の中華スープ	若布・葱・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
	原宿ドッグ	卵白・砂糖・小麦粉・鶏卵・植物油脂・チーズ・ベーキングパウダー・乳化剤・グリシン・酢酸Ns・安定剤・香辛料

■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～F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、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。

	献立	原材料
朝	ご飯(千葉県産)	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
	肉団子甘酢あえ	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)半固体状トレッシング(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
	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
	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・マカリン(乳・大豆)・ハム油・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
ご飯(千葉県産)		[ご飯]千葉県産こしひかり
昼	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
	さつま芋天ぷら	さつま芋[てんぷら粉]小麦粉・卵・水・でん粉・パンブキンパウダー・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・鯉節
	白菜のお浸し	白菜・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
	すまし汁(若布)	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
夕	ご飯(千葉県産)	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・調製ラード・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)
	ブルーダックカレー	鶏肉・玉葱・じゃが芋・人参・牛肉・小麦粉・牛脂豚脂混合油・はちみつ・りんごペースト・砂糖・ホワイトルウ(小麦・バター)バナナペースト・カレーパウダー・チャツネ(リンゴ・大豆)南瓜ペースト・食塩・酵母エキス(大豆・小麦)トマトペースト・人参ペースト・チーズ・ソテーオニオン(豚)澱粉(とうもろこし)アスパラガスペースト・ガーリックペースト・生姜ペースト・ブロッコリーペースト・さつま芋ペースト・白菜ペースト・酵母パウダー・ローストキャベツパウダー・香辛料・アミノ酸等・酸味料・カラメル色素・香料(リンゴ)
	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
	白身魚フライ	鱈[衣]パン粉(小麦・大豆)パプリカ色素・小麦粉・澱粉(小麦)食塩・アミノ酸・グァーガム
	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
	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
	トマトペネサラダ	マカロニ(小麦)トマケチャップ・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
	生野菜サラダ	キャベツ・胡瓜・人参
	野菜スープ	キャベツ・玉葱・人参・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
食	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～F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う。)

※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、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。

③ 献立・原材料表

【 提供日：2020年4月～6月の3.7.11.15.19.23.27.31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・アミノ酸等・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)ホウケイ酸・香辛料(大豆)加工澱粉・増粘剤・アミノ酸・酸味料・カチノイド色素・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
	さつまいもレモン煮	さつまいも・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(豆腐・油揚げ)	豆腐(丸大豆・凝固剤・海水塩化マグネシウム(にがり)・油揚げ(大豆・にがり・消泡剤・菜種油)[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
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
	オニオンスパゲティ	[麺]デュラム小麦のセモリナ[具]玉葱・パプリカ・しめじ[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
	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
	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・ヘーキングパウダー・紅麴色素・炭酸[ソース]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。
	茄子の青じそ炒め	なす・大豆油・ミョウバン[青じそ]醸造酢・ぶどう糖果糖液糖・醤油(小麦・大豆)米発酵調味料・食塩・梅肉・魚介エキス・レモン果汁・昆布エキス・オニオンエキス・香料・酵母エキスパウダー・青じそ・香辛料・清水・原材料の一部に鯖・小麦・大豆含む
	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(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
	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 ※仕入れの都合によっては、缶詰のパインを使用
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
	クリームシチュー	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
	クジラ竜田揚げ	[鯨味付き肉]つつし鯨・醤油(小麦・大豆)・砂糖・生姜・みりん・清酒[衣]・片栗粉・揚げ油(大豆)
	チキングリル	鶏肉・グリルチキン(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)[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
	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(皮付き)・植物油脂・ぶどう糖
	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
食	生野菜サラダ	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
	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～F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、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。

4 献立・原材料表

【 提供日：2020年4月～6月の4.8.12.16.20.24.28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
	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
	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)チキンブイオン調味料・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)	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)パプリカ・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・オリブオイル
	鶏肉生姜焼き	鶏ムネ肉・チキンブイオン・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
	野菜コロッケ	馬鈴薯・砂糖・玉葱・乾燥マッシュホト・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・ゲアガム・アミノ酸・乳化剤(乳)・水
	豚肉とニンニク芽炒め	豚肉・ニンニクの芽・人参・玉ねぎ・キャベツ[調味料]醤油(小麦・大豆)みりん・酒・砂糖
	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(葱)	ネギ[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
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	菜の花とベーコンスパゲティ	[麺]デュラム小麦のセモリナ[具]菜の花・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・味の素
	ブルーダックカレー	鶏肉・玉葱・じゃが芋・人参・牛肉・小麦粉・牛脂豚脂混合油・はちみつ・りんごペースト・砂糖・ホワイトルウ(小麦・バター)バナナペースト・カレーパウダー・チャツネ(リンゴ・大豆)南瓜ペースト・食塩・酵母エキス(大豆・小麦)トマトペースト・人参ペースト・チーズ・ソテーオニオン(豚)澱粉(とうもろこし)アスパラガスペースト・ガーリックペースト・生姜ペースト・ブロッコリーペースト・さつま芋ペースト・白菜ペースト・酵母パウダー・ローストキャベツパウダー・香辛料・アミノ酸等・酸味料・カラメル色素・香料(リンゴ)
	トマトソースハンバーグ	鶏肉・牛肉・豚肉・玉葱・パン粉(小麦・大豆・乳)・卵白粉・粉状植物性たん白(大豆)・豚脂・醤油(小麦・大豆)牛乳・ワイン・ゼラチン・トマトペースト・砂糖・食塩・ヒーフブイオン調味料・香辛料・アミノ酸・リン酸塩・カラメル色素[ソース]トマト・玉葱・大豆油・白ワイン・セロリ・砂糖・食塩・アサリエキス・ニンニク・香辛料・クエン酸・塩化カルシウム
	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(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
食	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
	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
	ひじきサラダ	蓮根・ひじき・醤油(小麦・大豆)大豆・人参・砂糖・胡麻・鰹節・醸造酢(りんご)グリシン・アミノ酸・加工でん粉・キサンタンガム・水
	生野菜サラダ	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・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)塩・胡椒・水
	グレープフルーツ	グレープフルーツ

■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～F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になります。また、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いておりますのでご容赦ください。