

2019年度 札幌市青少年山の家
通常食メニュー【04/01～11/10：土曜日：昼食】 原材料・成分

※ 赤い字・・・特定原材料（加工食品で必ず表示される7品目）

※ 青い字・・・特定原材料に準ずるもの（表示が勧められている20品目）

カテゴリ	メニュー	使用食材	原材料・成分	
主食	サケわかめご飯	ブレンド米	ブレンド米	
		サケわかめごはんの素	鮭フレーク（鮭、パーム油、麦芽糖、ばれいしょでん粉、食塩、鮭エキス、酵母エキス） わかめ、酸化防止剤（ビタミンE）	
麺類	冷やしタンタンめん	冷凍ラーメン	小麦粉、食塩、小麦たん白、卵白、かんすい、クチナシ色素、卵殻カルシウム	
		PB塩ベース	食塩、たん白加水分解物、砂糖、蓄肉エキス、魚介エキス、香辛料、酵母エキス、調味料（アミノ酸等） 増粘剤（キサンタンガム）	
		本仕込しおラーメンスープ	食塩、食用油脂、発酵調味料、ポークエキス、チキンエキス、ねぎ油、魚介エキス（いりこ、帆立、かつお） 砂糖、野菜エキス、昆布エキス、こしょう、たん白加水分解物、しょうがエキス、調味料 （アミノ酸等）、酸味料、（ゼラチン、大豆を原材料の一部に含む）	
		もやし、万能ねぎ	もやし、万能ねぎ	
		蒸し鶏ほくし	鶏肉、みりん、タピオカでんぷん、小麦粉、チキンブイヨン（鶏がら、玉ねぎ、食塩、にんじん）、食塩 〔添加物〕調味料（アミノ酸）、pH調整剤、酸化防止剤（ビタミンC）	
		ごま油	食用ごま油、食用大豆油	
主菜1	鶏肉のガーリック焼き	鶏もも肉	鶏もも肉	
		精製塩 コショウ	天日塩、炭酸マグネシウム、ブラックペッパー	
		ガーリックパウダー	ガーリック、でん粉、食塩、調味料（アミノ酸）、増粘剤（グァーガム）	
		キャノーラHG（サラダ油）	食用なたね油、シリコーン	
主菜2	野菜コロッケ	やさしいコロッケ	野菜（じゃがいも、にんじん、とうもろこし）、砂糖、乾燥マッシュ ユボテト、食塩、卵白粉、衣（パン粉、小麦粉、粉末水あめ）、カロチノイド色素、 甘味料（スクラロース）、香料（原材料の一部に乳成分、大豆を含む）	
		キャノーラHG（サラダ油）	食用なたね油、シリコーン	
副菜1	大根と肉団子煮	大根乱切（凍）	大根	
		鶏肉団子	鶏肉、パン粉、粉状植物性たん白、たまねぎ、植物油、粉末状植物性たん白、ぶどう糖、食塩、香辛料 たん白加水分解物、揚げ油（大豆油）、調味料（アミノ酸等）、ポリリン酸Na、酸味料 （原材料の一部に乳成分、豚肉 を含む）	
		人参	人参	
		絹サヤ（凍）	絹サヤ	
		かつお風味の和風だし	食塩、砂糖、風味原料（凍干いわし粉末、かつお節粉末、凍干いわしエキス、かつおエキス、こんぶエキス）、酵母エキス発酵調味料/調味料（アミノ酸等）	
		料理酒	アルコール、水あめ、米、米こうじ、食塩、小麦発酵調味液、酸味料	
		みりん風発酵調味料	水あめ、米、醸造酢、酸味料	
		上白糖	てん糖（ビート）	
		PB濃口しょうゆ	食塩、脱脂加工大豆、小麦、大豆、保存料（安息香酸Na）	
副菜2	オニオンリング	オニオンリング	たまねぎ、でん粉、小麦粉、パン粉、砂糖、小麦たん白、衣（クラッカー粉、とうもろ こし粉、小麦粉、でん粉、食塩、ホエイパウダー、小麦たん白）揚げ油（パーム油、大豆油 なたね油）、糊料（アルギン酸）、膨張剤、調味料（アミノ酸）、塩化Ca、パプリカ色素 （原材料の一部に乳成分を含む）	
		キャノーラHG（サラダ油）	食用なたね油、シリコーン	
		フルーツ	オレンジ	オレンジ
		サラダ1	キャベツ	キャベツ
		サラダ2	ヤングコーン	ヤングコーン
サラダ3	海草サラダ	海草ミックス	わかめ、白木耳、赤角又、こんにやく寒天、莖わかめ、まぶのり、青角又、昆布	
ドレッシング	すりおろし人参ドレッシング	すりおろし人参ドレッシング	食用植物油、にんじん酢漬、砂糖、醸造酢、にんじんピューレー、たまねぎ酢漬、食塩、乾燥たまねぎ、濃縮オレンジ果汁 レモン果皮/増粘剤（キサンタンガム）、調味料（アミノ酸）、セルロース、香料、カロチノイド色素 香辛料抽出物、（一部にオレンジ・大豆・りんごを含む）	
ドレッシング	エルドレッシング イタリアン	エルドレッシング イタリアン	醸造酢（国内製造）、砂糖類（砂糖、ぶどう糖液糖）、食用植物油、食塩、乾燥たまねぎ、ガーリックペースト、香味食用油 香辛料、アンチョビソース、ローストガーリック、酵母エキスパウダー、乾燥ピーマン/調味料（アミノ酸等） 増粘剤（キサンタンガム）、香辛料抽出物、（一部に大豆を含む）	
漬け物	たくあん	たくあん漬	大根、昆布、漬け原材料（砂糖、食塩、しょう油（小麦、大豆を含む）、とうがらし、醸造酢、調味料（アミノ酸）酸味料 甘味料（ステビア）、保存料（ソルビン酸K）、着色料（黄4）、漂白剤（亜硫酸塩）	
卓上調味料	しょう油	PB濃口しょうゆ	食塩、脱脂加工大豆、小麦、大豆、保存料（安息香酸Na）	
	ソース	ウスターソース	醸造酢、砂糖、食塩、野菜・果物（トマト、りんご、にんにく）、香辛料、カラメル色素、調味料（アミノ酸）香辛料抽出物	

【土曜日】
昼食

2019年度 札幌市青少年山の家
通常食メニュー【04/01~11/10：日曜日：昼食】 原材料・成分

※ 赤い字・・・特定原材料（加工食品で必ず表示される7品目）

※ 青い字・・・特定原材料に準ずるもの（表示が勧められている20品目）

カテゴリ	メニュー	使用食材	原材料・成分
主食	五目ご飯	ブレンド米	ブレンド米
		五目ご飯の素	野菜（にんじん、たけのこ、ごぼう、まいたけ）、 しょうゆ 、アミノ酸液、砂糖、こんにゃく、油揚げ、 鶏肉 、大豆油、食塩、醸造酢、かつおぶし、こんぶ、調味料（アミノ酸等）、塩化カルシウム、（原材料の一部に小麦を含む）
種類	冷やしそめん	そめん冷凍	小麦粉 、食塩、 小麦たん白 、植物油脂、加工澱粉、増粘剤（アルギン酸Na）、塩化Ca
		万能ねぎ	万能ねぎ
		生おろし生姜	しょうが、酸化防止剤（VC）、pH調整剤
		めんつゆ	醤油 （本醸造）、果糖ぶどう糖液糖、食塩、砂糖、かつお節、粗砕煮干し、魚介エキス、濃縮だし（煮干し、 さばぶし ）、酵母エキス、調味料（アミノ酸等）、カラメル色素、環状α-D-糖、酸味料、酸化防止剤（ビタミンC）、（原材料の一部に小麦を含む）
主菜1	ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	魚肉 、でん粉、砂糖、植物油、発酵調味料、 豚脂 、 卵白 、食塩、 大豆たん白 、はちみつ、加工でん粉、調味料（アミノ酸等）
		天ぷら粉揚げ上手	小麦粉 、米粉、でん粉、植物性たん白、麦芽糖、加工でん粉、ベーキングパウダー、乳化剤、着色料（クチナシ、B2、アナトー）、（原材料の一部に大豆を含む）
		青のり	アオサ
		キャノーラHG（サラダ油）	食用なたね油、シリコーン
主菜2	もやしと菜の花のからし和え	もやし	もやし
		菜の花(凍)	菜の花
		PB濃口しょうゆ	食塩、 脱脂加工大豆 、 小麦 、 大豆 、保存料（安息香酸Na）
		みりん風発酵調味料	水あめ、米発酵調味液、醸造酢、酸味料
		洋からし	マスタード澱粉、着色料（ターメリック）
副菜1	揚げシュウマイ	シュウマイ	たまねぎ、つなぎ（ パン粉 、でん粉）、 食肉（鶏肉、豚肉） 、 粒状大豆たん白 、食用精製加工油脂、 たら 、 しょうゆ 、砂糖、食塩、香辛料、酵母エキス、たん白加水分解物、デキストリン、植物油脂
		キャノーラHG（サラダ油）	食用なたね油、シリコーン
副菜2	ポテトサラダ	ポテトサラダ	ばれいしょ、 半固体状ドレッシング 、にんじん、たまねぎ、砂糖、粉末水あめ、食塩、 乳たんぱく 、香辛料、調味料（アミノ酸等）、増粘剤（加工デンプン、増粘多糖類）、酵素、香辛料、調味料（アミノ酸等）、（原材料の一部に 卵 、 小麦 、 大豆 を含む）
		ポテトサラダ	ばれいしょ、 半固体状ドレッシング 、にんじん、たまねぎ、砂糖、粉末水あめ、食塩、 乳たんぱく 、香辛料、調味料（アミノ酸等）、増粘剤（加工デンプン、増粘多糖類）、酵素、香辛料、調味料（アミノ酸等）、（原材料の一部に 卵 、 小麦 、 大豆 を含む）
フルーツ	オレンジ	オレンジ	オレンジ
サラダ1	キャベツ	キャベツ	キャベツ
サラダ2	ヤングコーン	ヤングコーン(缶)	ヤングコーン
サラダ3	海草サラダ	海草ミックス	わかめ、白木耳、赤角又、こんにゃく寒天、茎わかめ、まふのり、青角又、昆布
ドレッシング	すりおろし人参ドレッシング	すりおろし人参ドレッシング	食用植物油脂、にんじん酢漬、砂糖、醸造酢、にんじんピューレー、たまねぎ酢漬、食塩、乾燥たまねぎ、濃縮オレンジ果汁、レモン果皮/増粘剤（キサンタンガム）、調味料（アミノ酸）、セルロース、香料、カロチノイド色素、香辛料抽出物、（一部にオレンジ・ 大豆 ・ りんご を含む）
		すりおろし人参ドレッシング	食用植物油脂、にんじん酢漬、砂糖、醸造酢、にんじんピューレー、たまねぎ酢漬、食塩、乾燥たまねぎ、ガーリックペースト、香味食用油、香辛料、アンチョビソース、ローストガーリック、酵母エキスパウダー、乾燥ピーマン/調味料（アミノ酸等）、増粘剤（キサンタンガム）、香辛料抽出物、（一部に 大豆 を含む）
ドレッシング	エルドレッシングイタリアン	エルドレッシングイタリアン	醸造酢（国内製造）、砂糖類（砂糖、ぶどう糖果糖液糖）、食用植物油脂、食塩、乾燥たまねぎ、ガーリックペースト、香味食用油、香辛料、アンチョビソース、ローストガーリック、酵母エキスパウダー、乾燥ピーマン/調味料（アミノ酸等）、増粘剤（キサンタンガム）、香辛料抽出物、（一部に 大豆 を含む）
漬け物	たくあん	たくあん漬	大根、昆布、漬け原材料（砂糖、食塩、 しょうゆ （ 小麦 、 大豆 を含む）、とうがらし、醸造酢、調味料（アミノ酸）酸味料、甘味料（ステビア）、保存料（ソルビン酸K）、着色料（黄4）、漂白剤（亜硫酸塩）
卓上調味料	しょうゆ	PB濃口しょうゆ	食塩、 脱脂加工大豆 、 小麦 、 大豆 、保存料（安息香酸Na）
	ソース	ウスターソース	醸造酢、砂糖、食塩、野菜・果物（トマト、 りんご 、にんにく）、香辛料、カラメル色素、調味料（アミノ酸）香辛料抽出物

【日曜日】
昼食