

平成29年度 札幌市青少年山の家  
 通常食メニュー【4/1～11/10：土曜日：朝食】 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
主菜1	ソーセージと豆のトマト煮こみ	ミックスビーンズ（凍）	えだまめ（大豆）、赤いんげんまめ、白いんげんまめ
		ポークソーセージ	豚肉、豚脂肪、結着材料（でん粉、塩ゼラチン、植物性たん白）、豚骨抽出液、食塩、糖類（水あめ、砂糖）、香辛料、乳酸菌（NA）、調味料（73/酸等）、保存料（ソルビン酸）、酸化防止剤（VC）PH調整剤、発色剤、（原材料の一部に牛、大豆を含む）
		玉ねぎ	玉ねぎ
		生にんにく刻み・カイエンペッパー	ニンニク とうがらし（唐辛子種切）
		完熟カットトマト缶	トマト、トマトピューレー、クエン酸
		精製塩	天日塩、炭酸マグネシウム
		キャノーラHG（サラダ油）	食用なたね油、シリコーン
主菜2	だし巻きたまご	だし巻きたまご	鶏卵、砂糖、植物油、でん粉、食塩、でん粉発酵調味料、かつお節パウダー、加工でん粉、調味料（アミノ酸等）、増粘多糖類、（原材料の一部に乳成分、小麦、大豆、りんごを含む）
副菜1	コーンポテトソテー	スライスポテト（凍）	じゃがいも（凍）
		カーネルコーン（凍）・絹サヤ（凍）	とうもろこし（遺伝子組み換えでない） 絹サヤ
		キャノーラHG（サラダ油）	食用なたね油、シリコーン
		精製塩	天日塩、炭酸マグネシウム
		コショウ	ホワイトペッパー
副菜2	もやしとほうれん草のナムル	もやし・人参	もやし・人参
		ほうれん草（凍）	ほうれん草
		精製塩	天日塩、炭酸マグネシウム
		コショウ	ブラックペッパー
		いりごま白	白ごま
ごま油	調合ごま油（食用ごま油、食用大豆油）		
汁物	長ねぎとワカメの味噌汁	だしパック	かつお節、酵母エキス、食塩、かつお節エキス、かつおエキス、調味料（アミノ酸等）
		白みそ	大豆（遺伝子組み換えでない）、米、食塩、酒精
		長ねぎ	長ねぎ
		ワカメ	ワカメ
サラダ1	キャベツ	キャベツ	キャベツ
サラダ2	スナップえんどう	スナップえんどう（凍）	スナップえんどう
サラダ2	コーン	カーネルコーン（凍）	とうもろこし（遺伝子組み換えでない）
デザート	杏仁フルーツ	杏仁フルーツ	脱脂粉乳、砂糖、ぶどう糖果糖液糖、黄味、B'イファグk、みかん、寒天、植物油、pH調整剤、乳化剤、リン酸塩（Na）、増粘剤（D-トウモロコシ澱粉）、香料（原材料の一部に大豆を含む）
ドレッシング	ノンオイル 香味青じそ	香味青じそ	醸造酢、砂糖（ぶどう糖果糖液糖）、しょう油、食塩、調味料（アミノ酸）こんぶだし、かつお節エキス、増粘剤（キサンタンガム）塩鯖青じそ、香料、香辛料、（原材料の一部に小麦を含む）
ドレッシング	フレンチドレッシング（白）	フレンチドレッシング（白）	醸造酢、ぶどう糖果糖液糖、食用植物油、食塩、増粘剤（加工でん粉、ツツジガム）、オニオンエキス、調味料（アミノ酸）、卵黄、香辛料抽出物、（原料の一部に大豆を含む）
漬け物	梅干し	赤小梅	小梅、漬け原材料（食塩、醸造酢）、酸味料、調味料（アミノ酸等）、着色料（赤102）、ビタミンB1、甘味料（アセスルファムカリウム）、香料
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）、着色料（黄4）、漂白剤（亜硫酸塩）
主食1	ご飯	ブレンド米	ブレンド米
主食2	パン	バターロール	小麦粉、糖類、バター、卵、植物油、パン酵母、ファットスプレッド、脱脂粉乳、食塩、発酵調味料、植物性たん白、でん粉、乳糖たん白、乳化剤、加工デンプン、糖類（アルギン酸エステル、キサンタン）、香料、イーストフード、着色料（紅蠟、カロチノイド）、V.C（原料の一部に乳成分、卵、小麦、大豆を含む）
その他	納豆	カップ納豆	大豆（アメリカまたはカナダ）（遺伝子組み換えでない）、納豆菌
		たれ	水あめ混合異性化液糖、醤油、還元水あめ、食塩、かつおエキス、砂糖、こんぶエキス、発酵調味料、調味料（アミノ酸）
		添付からし	からし、砂糖、醸造酢、食塩、酒精、調味料、着色料（ウコン）、増粘多糖類、香料、調味料（アミノ酸）、香辛料（たれの原材料の一部に小麦、大豆を含む）
その他	ふりかけ	さけ風味	ごま、乳糖、砂糖、食塩、小麦粉、パン粉、コーンスターチ、脱脂大豆粉、しょうゆ、さけエキス、酵母エキス、のり、さけ、すきみたら、海苔、抹茶、調味料（アミノ酸）、着色料（紅蠟、B'ア'物色素、加工）甘味料、ビタミンE
その他	味付け海苔	味付け海苔	乾し海苔（国内産）、調味液（砂糖、たん白加水分解物）、醤油、醸造酢、風味原料（海苔、昆布、昆布エキス）、食塩、酵母エキス、調味料（アミノ酸等）、甘味料（甘草、ステビア）、香辛料抽出物（原材料の一部に小麦、乳、豚肉由来の原料を使用）
その他	イチゴジャム	イチゴジャム	糖類（水飴、砂糖）、イチゴ、ゲル化剤（バクチン）、酸味料
その他	マーガリン	マーガリン	食用植物油、食用精製加工油脂、バター、乳糖、食塩、脱脂粉乳、乳化剤、香料、着色料（カロテン）、（原料の一部に大豆を含む）
ドリンク	牛乳	牛乳	生乳100%
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、トマト、人参、食塩、香辛料、カラメル色素

【土曜日】  
朝食

平成29年度 札幌市青少年山の家  
 通常食メニュー【4/1～11/10：日曜日：朝食】 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
主菜1	ホックの塩焼き	骨無しほっけ	しまほっけ
		精製塩	天日塩、炭酸マグネシウム
主菜2	オムレツ	ブレンオムレツ	鶏卵（国産）、砂糖、醸造酢、食塩、米粉、植物油（菜種油、大豆油）、加工澱粉、カロチン色素
		トマトケチャップ	トマト、果糖ぶどう糖液糖、醸造酢、食塩、玉葱、香辛料
副菜1	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、人参、玉葱、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）、増粘多糖類、酵素、（原材料の一部に卵、小麦、大豆を含む）
副菜2	ツナとキャバツの炒め	キャバツ・もやし・人参	キャバツ・もやし・人参
		ツナフレーク	きはだまぐろ、大豆油、野菜エキス、食塩、調味料（アミノ酸）
		キャノーラHG（サラダ油）	食用なたね油、シリコーン
		めんつゆ	醤油（本醸造）果糖ぶどう糖液糖、食塩、かつお節、粗砕黒干し、魚介エキス、濃縮だし（黒干し、さばぶし）酵母エキス、調味料（アミノ酸等）、カラメル色素、環状リジール、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）
		上白糖	てん糖（ビート）
精製塩	コショウ	天日塩、炭酸マグネシウム、ホワイトペッパー	
汁物	大根とニラの味噌汁	だしパック	かつお節、酵母エキス、食塩、かつお節エキス、かつおエキス、調味料（アミノ酸等）
		白みそ	大豆（遺伝子組み換えでない）、米、食塩、酒精
		大根・ニラ	大根・ニラ
サラダ1	キャバツ	キャバツ	キャバツ
サラダ2	スナップえんどう	スナップえんどう（凍）	スナップえんどう
サラダ3	コーン	カーネルコーン（凍）	とうもろこし（遺伝子組み換えでない）
デザート	フルーツカクテル	フルーツカクテル（缶）	果実（黄桃、洋なし、パイナップル）、ぶどう、さくらんぼ）、砂糖、酸味料、酸化防止剤（V.C）、赤色3号
ドレッシング	ノンオイル 香味青じそ	香味青じそ	醸造酢、砂糖（ぶどう糖果糖液糖）、しょう油、食塩、調味料（アミノ酸）こんぶだし、かつお節エキス、増粘剤（キサンタンガム） 塩蔵青じそ、香料、香辛料、（原材料の一部に小麦を含む）
ドレッシング	フレンチドレッシング（白）	フレンチドレッシング（白）	醸造酢、ぶどう糖果糖液糖、食用植物油、食塩、増粘剤（加工でん粉、チカラガム）、オニオンエキス 調味料（アミノ酸）、卵黄、香辛料抽出物、（原料の一部に大豆を含む）
漬け物	梅干し	赤小梅	小梅、漬け原材料（食塩、醸造酢）、酸味料、調味料（アミノ酸等）、着色料（赤102）、 ビタミンB1、甘味料（アセスルファムカリウム）、香料
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）
主食1	ご飯	ブレンド米	ブレンド米
主食2	パン	バターロール	小麦粉、糖類、バター、卵、植物油、パン酵母、ファットスプレッド、脱脂粉乳、食塩、発酵調味料、植物性たん白、 でん粉、乳糖たん白、乳化剤、加工デンプン、糖類（アルギン酸エステル、キサンタン）、 香料、イーストフード、着色料（紅麹、カロチノイド）、V.C（原料の一部に乳成分、卵、小麦、大豆を含む）
その他	納豆	カップ納豆	大豆（アメリカまたはカナダ）（遺伝子組み換えでない）、納豆菌
		たれ	水あめ混合異性化液糖、醤油、還元水あめ、食塩、かつおエキス、砂糖、こんぶエキス、発酵調味料、調味料（アミノ酸）
		添付からし	からし、砂糖、醸造酢、食塩、酒精、酸味料、着色料（クコ）、増粘多糖類、香料、調味料（アミノ酸）、香辛料（たれの原材料の一部に小麦、大豆を含む）
その他	ふりかけ	さけ風味	ごま、乳糖、砂糖、食塩、小麦粉、パン粉、コーンスターチ、脱脂大豆粉、しょう油、さけエキス、酵母エキス のり、さけ、すきみたら、青海苔、抹茶、調味料（アミノ酸）、着色料（紅麹、1'ア'効色素、加工）甘味料、ビタミンE
その他	味付け海苔	味付け海苔	乾し海苔（国内産）、調味液（砂糖、たん白加水分解物）、醤油、脱脂調味料、 風味原料（海苔、昆布、昆布エキス）、食塩、酵母エキス、調味料（アミノ酸等）、甘味料（甘草、ステビア）、 香辛料抽出物（原材料の一部に小麦、乳、豚肉由来の原料を使用）
その他	イチゴジャム	イチゴジャム	糖類（水飴、砂糖）、イチゴ、グル化剤（バクチン）、酸味料
その他	マーガリン	マーガリン	食用植物油、食用精製加工油脂、バター、乳脂肪、食塩、脱脂粉乳、乳化剤、 香料、着色料（カロテン）、（原料の一部に大豆を含む）
ドリンク	牛乳	牛乳	生乳100%
卓上調味料	しょう油	PB濃口しょう油	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、トマト、人参、食塩、香辛料、カラメル色素

〔日曜日〕朝食