

平成30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】 7大アレルギー対応食 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）

| | メニュー | アレルギー | 対応食 | 使用食材 | 原材料・成分 |
|---------------|-----------------|--------------|----------------|---|---|
| 朝 食 | ロールキャベツのコンソメ煮 | 小麦 卵 乳 | 豚肉の塩 生巻焼き | 豚ばら肉 | 豚ばら肉 |
| | | | | キャノーラHG（サラダ油） | 食用なたね油、シリコーン |
| | | | | 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 |
| | | | | おろし生巻 | しょうが、酸化防止剤（V.C）、pH調整剤 |
| | だし巻きたまご | 小麦 乳 卵 | 目玉焼き | 鶏卵 | 鶏卵（国産） |
| | | | | キャノーラHG（サラダ油） | 食用なたね油、シリコーン |
| | | | | ポイルワインナー | 豚肉、豚脂肪、豚骨髄、結着材料（でん粉、植物性たん白）、食塩、糖類（水あめ、砂糖）、香辛料 リン酸塩（Na）、調味料（アミノ酸等）、保存料（ソルビン酸）、酸化防止剤（ビタミンC） pH調整剤、発色剤（亜硝酸Na）、（原材料の一部に大豆を含む） |
| | ほうれん草ともやしのおかか和え | 小麦 | ほうれん草ともやしのナムル | ポークソーセージ | トマト、果糖ぶどう糖液糖、醸造酢、食塩、玉葱、香辛料 |
| | | | | 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 |
| | | | | ほうれん草（凍） | ほうれん草 |
| もやし | | | | もやし | |
| フルーツポンチ | 乳 | フルーツカクテル | 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 | |
| | | | ゴマ油 | 食用ごま油、食用大豆油 | |
| | | | フルーツカクテル（缶） | 果実（りんご、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 | |
| | | | | | |
| 昼 食 | ヒビンバご飯 | 小麦 乳 | ひき肉と長ねぎのチャーハン | 豚挽肉（凍） | 豚うで肉（アメリカ産）、豚タン下（アメリカ産） |
| | | | | 無洗米ブレンド | 無洗米ブレンド |
| | | | | 長ねぎ | 長ねぎ |
| | | | | 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 |
| | | | | キャノーラHG（サラダ油） | 食用なたね油、シリコーン |
| | アジアンヌードル | 小麦 卵 | 春雨スープ（塩味） | ゴマ油 | 食用ごま油、食用大豆油 |
| | | | | 緑豆春雨 | 緑豆、豌豆 |
| | | | | もやし、万能ねぎ | もやし、万能ねぎ |
| | | | | 精製塩 コショウ おろし生巻 | 天日塩、炭酸マグネシウム ホワイトペッパー しょうが、酸化防止剤（V.C） pH調整剤 |
| ぎょうざメンチカツ | 小麦 | 豚肉のカレー焼き | キャノーラHG（サラダ油） | 食用なたね油、シリコーン | |
| | | | 豚ばら肉 | 豚ばら肉 | |
| | | | 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 | |
| | | | カレー粉 | ターメリック、コリアンダ、クミン、フェヌグリーク、シナモン、フェネル、唐辛子 デイル、鷹皮、ナツメグ、クローブ、ジンジャー、ブラックペッパー、カルダモン | |
| かぼちゃのグラッセ煮 | 乳 | かぼちゃの塩煮 | キャノーラHG（サラダ油） | 食用なたね油、シリコーン | |
| | | | 栗かぼちゃ（凍） | 栗かぼちゃ | |
| | | | 乱切りポテト（凍） | じゃがいも | |
| | | | 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） | |
| キャベツの塩こんぶ和え | 小麦 | キャベツのソテー | 精製塩 | 天日塩、炭酸マグネシウム | |
| | | | キャベツ | キャベツ | |
| | | | キャノーラHG（サラダ油） | 食用なたね油、シリコーン | |
| | | | コショウ | ホワイトペッパー | |
| 揚げたこ焼き | 小麦 卵 | コーンポテト | ハイポテト（ポテトフレーク） | 馬鈴薯（遺伝子組み換えでない）、グリセリン脂肪酸エステルピロリン酸Na pH調整剤 | |
| | | | カーネルコーン（凍） | とうもろこし（遺伝子組み換えでない） | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| 夕 食 | いかカツ | 小麦 | 豚肉の塩 生巻焼き | 豚ばら肉 | 豚ばら肉 |
| | | | | キャノーラHG（サラダ油） | 食用なたね油、シリコーン |
| | | | | 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 |
| | | | | おろし生巻 | しょうが、酸化防止剤（V.C）、pH調整剤 |
| | 野菜の3色和え | 小麦 | 野菜のナムル | 白菜・人参 | 白菜、人参 |
| | | | | 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 |
| | | | | ゴマ油 | 食用ごま油、食用大豆油 |
| | オニオンリング | 小麦 乳 | フレンチパンキン | キャノーラHG（サラダ油） | 食用なたね油、シリコーン |
| | | | | フレンチパンキン | かぼちゃ（北海道）、揚げ油（パーム油） |
| | | | | 精製塩 | 天日塩、炭酸マグネシウム |
| うどんサラダ | 小麦 | 春雨の野菜 塩 炒め | キャノーラHG（サラダ油） | 食用なたね油、シリコーン | |
| | | | 緑豆春雨 | 緑豆、豌豆 | |
| | | | 玉ねぎ | 玉ねぎ | |
| | | | 3色ピーマン（凍） | ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン | |
| | | | 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 | |
| | | | おろし生巻 | しょうが、酸化防止剤（V.C）、pH調整剤 | |
| キャノーラHG（サラダ油） | 食用なたね油、シリコーン | | | | |
| ゴマ油 | 食用ごま油、食用大豆油 | | | | |

※調理器具及び食器類は、食物アレルギーによって使い分けをしません。

平成30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】 7大アレルゲン対応食 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）

| | メニュー | アレルゲン | 対応食 | 使用食材 | 原材料・成分 |
|----|-------------|--------------------|-------------|--|--|
| 朝食 | 甘辛イカボール | 小麦 ● | フライドイカボール | イカボール キャノーラHG（サラダ油） | いが、ばれいしょでんぷ（遺伝子組換え不分別）、黒、大豆油、砂糖、食塩、かつおエキス、調味料（アミノ酸） 食用なたね油、シリコーン |
| | スクランブルエッグ | 卵 ● 乳 ● | ポイルウィンナー | ポークソーセージ トマトケチャップ | 豚肉、豚脂肪、豚骨調味料（でんぷ、植物性たん白）、食塩、糖類（水あめ、砂糖）、香辛料 リン酸塩（Na）、調味料（アミノ酸）、保存料（ソルビン酸）、酸化防止剤（ビタミンC） pH調整剤、着色剤（亜硫酸Na）、（原材料の一部に大豆を含む） トマト、果糖ぶどう糖液濃縮、醸造酢、食塩、五香、香辛料 |
| | さつまいもサラダ | 小麦 ● 卵 ● 乳 ● | コーンポテト | ハイポテト（ポテトフレーク） カーネルコーン（凍） | 馬鈴薯（遺伝子組み換えでない）、グリセリン脂肪酸エステルピロリン酸Na pH調整剤 とうもろこし（遺伝子組み換えでない） |
| | フルーツポンチ | 乳 ● | 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、調味料、酸化防止剤（V.C）、赤色3号 |
| 昼食 | 冷やしとうもろこし | 小麦 ● | 春雨の中韓スープ | 緑豆春雨 中華ガラだし 精製塩 コショウ ゴマ油 長ねぎ | 緑豆、豌豆 食塩、チキンエキス、たん白加水分解物、ポークエキス、オニオンエキス、昆布エキス 酵母エキス、シソオイル、調味料（アミノ酸等）、ソルビット、糖類（ブドウ糖） 香辛料抽出物（ゼラチン、大豆を原材料の一部に含む） 天日塩、炭酸マグネシウム、ホワイトペッパー 食用ごま油、食用大豆油 |
| | 豚しゃぶサラダ | 小麦 ● | 豚肉のソテー | 豚ばら肉 精製塩 コショウ キャノーラHG（サラダ油） | 豚ばら肉 天日塩、炭酸マグネシウム、ホワイトペッパー 食用なたね油、シリコーン |
| | ほっけのつけ焼き | 小麦 ● | ほっけの塩焼き | 骨無ほっけ 精製塩 キャノーラHG（サラダ油） | しまほっけ 天日塩、炭酸マグネシウム 食用なたね油、シリコーン |
| | 三角いなりの煮物 | 小麦 ● | 栗がぼちやの煮物 | 栗がぼちや（凍） 乱切りポテト（凍） だれパック 精製塩 | 栗がぼちや じゃがいも 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） 天日塩、炭酸マグネシウム |
| | コーンフリッター | 小麦 ● 卵 ● 乳 ● | コーンソテー | カーネルコーン（凍） キャノーラHG（サラダ油） 精製塩 コショウ | とうもろこし（遺伝子組み換えでない） 食用なたね油、シリコーン 天日塩、炭酸マグネシウム ホワイトペッパー |
| | ささみのチーズカツ | 小麦 ● 卵 ● 乳 ● | 鶏肉の竜田揚げ | 鶏もも肉 精製塩 コショウ ガーリックパウダー おろし生薑 片栗粉 キャノーラHG（サラダ油） | 鶏もも肉 天日塩、炭酸マグネシウム、ブラックペッパー ガーリック、でんぷ、食塩、調味料（アミノ酸）、増粘剤（グァーガム） しょうが、酸化防止剤（V.C）、pH調整剤 馬鈴薯、澱粉（遺伝子組み換えでない） 食用なたね油、シリコーン |
| 夕食 | 牛肉とごぼうのきんぴら | 小麦 ● | 牛肉とごぼうの味噌炒め | ごぼう・人参ミックス（凍） 牛バラスライス 白滝 ごま油 みりん風発酵調味料 上白糖 白みそ | ごぼう、人参 牛肉（黒州産・カナダ産） こんにゃく糖粉、水酸化カルシウム（凝固剤） 食用ごま油、食用大豆油 水あめ、米、醸造酢、調味料 てん糖（ビート） 大豆（遺伝子組み換えでない）、米、食塩、酒精 |
| | 豆腐ハンバーグ | 小麦 ● 卵 ● 乳 ● | 豚肉の塩 生姜炒め | 豚ばら肉 キャノーラHG（サラダ油） 精製塩 コショウ おろし生薑 | 豚ばら肉 食用なたね油、シリコーン 天日塩、炭酸マグネシウム、ブラックペッパー しょうが、酸化防止剤（V.C）、pH調整剤 |
| | 青菜の煮浸し | 小麦 ● | 青菜の中韓煮 | ほうれん草（凍）・人参 ささみ揚げ 中華ガラだし 精製塩 コショウ | ほうれん草・人参 大豆（遺伝子組み換えでない）、植物油/（添加物）豆腐用凝固剤、増粘剤（グリセリン脂肪酸エステル） 食塩、チキンエキス、たん白加水分解物、ポークエキス、オニオンエキス、昆布エキス 酵母エキス、シソオイル、調味料（アミノ酸等）、ソルビット、糖類（ブドウ糖） 香辛料抽出物（ゼラチン、大豆を原材料の一部に含む） 天日塩、炭酸マグネシウム、ホワイトペッパー |
| | フライドポテト | 小麦 ● | ハッシュドポテト | ハッシュドポテト キャノーラHG（サラダ油） | ばれいしょ、植物油、ぶどう糖、食塩、ピロリン酸Na 食用なたね油、シリコーン |
| | 春雨のトマト炒め | 小麦 ● | 春雨のトマト炒め | 緑豆春雨 五ねぎ トマトソース ダイストマト（缶） 精製塩 コショウ | 緑豆、豌豆 五ねぎ 野菜（トマト、たまねぎ、にんにく）大豆油、ぶどう糖、食塩、香辛料、調味料（アミノ酸） クエン酸、増粘剤（キサンタン）、塩化カルシウム トマト、トマトピューレー 天日塩、炭酸マグネシウム ホワイトペッパー |

※調理器具及び食器類は、食物アレルギーによって使い分けをしております。