

平成29年度 札幌市青少年山の家  
 通常食メニュー【11/11～3/31：月～金曜日：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					
【月～金曜日】 昼食	主食	わかめご飯	ブレンド米 わかめ、食塩、砂糖、調味料（アミノ酸等）					
		種類	味噌ラーメン	冷凍ラーメン PB味噌ベース ごま油 おろし生姜 おろしニンニク キャベツ・もやし・人参 豚挽肉 精製塩 コシヨウ キャノーラHG（サラダ油）	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 味噌、食用油脂、食塩、砂糖、ガラスープ、練りごま、香辛料、還元糖水あめ、たん白加水分解物 食用ごま油、食用大豆油 しょうが、酸化防止剤（V.C）、pH調整剤 にんにく、pH調整剤 キャベツ、もやし、人参 豚うで肉、豚タン下 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			
	主菜1		豚肉の中華炒め	豚ばら 玉ねぎ 中華野菜ミックス（凍） キャノーラHG（サラダ油） おろし生姜 おろしニンニク 中華ガラだし 塩いためソース 精製塩 コシヨウ 片栗粉	豚ばら 玉ねぎ たけのこ、いんげん、人参、ヤングコーン（遺伝子組換えでない）、きくらげ、マッシュルーム 水くわい 食用なたね油、シリコーン しょうが、酸化防止剤（V.C）、pH調整剤 にんにく、pH調整剤 食塩、チキンエキス、たん白加水分解物、ブークエキス、オニオンエキス、昆布エキス 酵母エキス、ジンジャーオイル、調味料（アミノ酸等）、ソルビット、糊料（グアーガム） 香辛料抽出物（ゼラチン、大豆を原材料の一部に含む） 魚介エキス（ほたて、かき）香油、食塩、でん粉、発酵調味料、しょうゆ、ごま油、砂糖 チキンブイヨン、しょうが、ブークエキス、にんにく、香辛料、増粘剤（加工でん粉、増粘多糖類） 調味料（アミノ酸等）、（原材料の一部に小麦を含む） 天日塩、炭酸マグネシウム ホワイトペッパー 加工でんぷん			
			主菜2	さばの一口竜田揚げ	さばの一口竜田揚げ キャノーラHG（サラダ油）	サバ、醤油、酒、生姜、食塩、砂糖、魚醤、衣（片栗粉、小麦粉、食塩、澱粉） 調味料（アミノ酸等）、増粘多糖類、pH調整剤（原材料の一部に小麦を含む） 食用なたね油、シリコーン		
				副菜1	小松菜とコーンのソテー	小松菜（凍） カーネルコーン（凍） 精製塩・ブラックペッパー キャノーラHG（サラダ油）	小松菜 とうもろこし（遺伝子組み換えでない） 天日塩、炭酸マグネシウム、ブラックペッパー 食用なたね油、シリコーン	
			副菜2		フライドポテト	皮付きポテト キャノーラHG（サラダ油） 精製塩	ばれいしょ（遺伝子組み換えでない）、植物油脂、ブドウ糖、ピロリン酸Na、（原材料の一部に小麦含む） 食用なたね油、シリコーン 天日塩、炭酸マグネシウム	
					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	ノンオイル 香味青じそ	香味青じそ	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 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、食用植物油脂、食塩、増粘剤（加工でん粉、ワタカガム）、オニオンエキス 調味料（アミノ酸）、卵黄、香辛料抽出物、（原料の一部に卵、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				