

平成28年度 札幌市青少年山の家  
通常食メニュー【11～3月：月～金曜日：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	さばの味噌煮	サバの味噌煮	さば、タレ（みそ、砂糖、発酵調味料、でん粉）
主菜2	スクランブルエッグ	ふわふわエッグ	鶏卵、植物油、食塩、乳たん白、澱粉発酵調味料、砂糖、チキンエキスパウダー、香辛料、加工澱粉、糖多糖類、乳化剤、リン酸塩（Na）、酢酸Na、グリシン、調味料（アミノ酸等）、香辛料抽出物（原材料の一部に乳成分、大豆、豚肉を含む）
副菜1	五目きんぴら	ごぼう人蔘ミックス（凍）	ごぼう・にんじん
		インゲン（凍）・油揚げ・黒木耳	インゲン・油揚げ・黒木耳
		上白糖	てん糖（ビート）
		PB濃口しょうゆ	食塩、だし加工大豆、小麦、大豆、保存料（安息香酸Na）
		合成酒	水飴、アルコール、米、米麹、食塩、小麦発酵調味液、酸味料
		ゴマ油	食用ごま油・食用大豆油
		いりゴマ白	いりゴマ白
副菜2	スパゲッティサラダ	スパゲッティ	デュラム小麥のセモリナ
		オリーブオイル	食用なたね油、食用オリーブ油
		玉ねぎ・人蔘・きゅうり・枝豆（凍）	玉ねぎ・人蔘・きゅうり・枝豆
		マヨネーズ	食用植物油、卵黄、醸造酢、食塩、砂糖類（水飴、砂糖）、調味料（アミノ酸） 香辛料、香辛料抽出物（原材料の一部に小麦、大豆を含む）
		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	豆腐とわかめの味噌汁	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、酒糟
		木綿豆腐・わかめ	大豆（北海道産）、豆腐用凝固剤、消泡剤（グリセリン脂肪酸エステル） ・ わかめ
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3	きゅうり	きゅうり	きゅうり
サラダ4	ミックスベジタブル	ミックスベジタブル（凍）	人蔘、とうもろこし（遺伝子組み換えでない）、グリーンピース
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、ツツカガム）、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、漬け原材料（砂糖、ぶどう糖果糖液糖、食塩、たん白加水分解物、発酵調味料、醸造酢、香辛料、米ぬか）、 調味料（アミノ酸等）、甘味料（アセスルファムK、ステビア、甘草）、保存料（ソルビン酸K）、酒糟、酸味料、着色料（黄4）
主食1	ご飯	無洗米ブレンド	無洗米ブレンド
主食2	パン	バターロール	パン用粉（小麦粉・粉末麦芽）、バター、鶏卵、砂糖、パン酵母、食塩、乳等を主要原料とする食品、 麦芽エキス、イーストフード、増粘剤（アルギン酸）、V.C
主食3	コーンフレーク	コーンフレーク	コーングリッツ（遺伝子組み換えでない）、砂糖（三温糖）、食塩、麦芽エキス、モルトシロップ、 ビタミンC、炭酸カルシウム、ピロリン酸鉄、乳化剤、ライアシン、酸化防止剤（ビタミンE）、 ビタミンB6、パントテンサンカルシウム、ビタミンB1、ビタミンA、葉酸、ビタミンB2、ビタミンB12
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
その他	たれ		砂糖、本醸造醤油、食塩、かつおエキス、食酢、昆布エキス、調味料（アミノ酸等）
その他	ふりかけ	鉄之助のりゴマ	ゴマ、砂糖、食塩、青のり、小麦粉、のり、オリゴ糖、抹茶、調味料（アミノ酸等）、ヘム鉄、甘味料（甘草）
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、発酵調味料、 風味原料（海苔、昆布、昆布エキス）、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（ペクチン）、酸味料
その他	マーガリン	マーガリン	植物油、食用精製加工油脂、発酵乳、食塩、炭酸カルシウム、乳化剤（大豆由来）、 香料、ビタミンA、酸化防止剤（ビタミンE）、着色料（ベータカロチン）
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、だし加工大豆、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、人蔘、食塩、香辛料、カラメル色素

【月～金曜日】

朝食