

## 朝食

### 2日目朝食

ごはん 味噌汁 サラダ  
ささみフライ ソーセージ  
ひじき煮 にんじんしりしり  
たけのこ土佐煮  
おつけもの ふりかけ

### 3日目朝食

ごはん 味噌汁 サラダ  
白身魚フライ だし巻き卵  
ハム 鶏ごぼう炒め  
さつまいも甘露煮 おつけもの  
味付け海苔 ソース (小袋)

### 4日目朝食

ごはん 味噌汁 サラダ  
肉団子 ちくわ磯部揚げ  
マカロニサラダ 焼き鮭  
野菜豆ごった煮  
おつけもの ふりかけ

### 5日目朝食

ごはん 味噌汁 サラダ  
チキンナゲット ポテトサラダ  
ソーセージ オクラのおひたし  
スクランブルエッグ おつけもの  
味付け海苔 ケチャップ (小袋)

2024年度

自然学校

## 食事メニュー

【2024. 4. 1~】

## 昼食

カレー

福神漬け

フルーツ

豚丼

すまし汁

紅しょうが

炊き込みごはん

豚汁

しば漬け

焼きめし

ワントンスープ

## 夕食

ヒレカツ

ごはん サラダ  
なめこ汁  
ピリ辛こんにゃく  
切干大根  
カニ風味サラダ

鶏の竜田揚げ

ごはん サラダ  
もやしスープ  
ほうれん草のおひたし  
春雨サラダ  
シュウマイ

クリームシチュー

ごはん サラダ  
コロケ  
インゲンの胡麻和え  
鶏とブロッコリーの和え物  
ごぼうサラダ

ハンバーグ

ごはん サラダ  
コンソメスープ  
ほうれん草の胡麻和え  
パスタ  
ポテト

	食材	原材料・添加物等	
朝食	ご飯	米	
	味噌汁	味噌	大豆、米、食塩、かつおエキス、昆布エキス/酒精、調味料(アミノ酸等)、(一部に大豆を含む)
		白だし	食塩、蛋白加水分解物、しょうゆ、砂糖、かつおエキス、かつお節、米発酵調味料、ぶどう糖果糖液糖、昆布エキス、煮干いわし、昆布、醸造酢、酵母エキス/調味料(アミノ酸等)、酒精、(一部に小麦・大豆を含む)
		具材	ねぎ、加えて2日目朝食:わかめ、3日目朝食:薄揚げ[大豆(遺伝子組換えでない)、植物油、豆腐用凝固剤]、4日目朝食:ほうれん草
	野菜サラダ	レタス、キャベツ、人参 ※旬などの影響でサラダの内容は左記のいずれか、季節等により変化します。	
	和風ドレッシング	ぶどう糖果糖液糖、しょうゆ、醸造酢、米発酵調味料、ごま、しょうが、塩蔵みょうが、食塩、ガーリックペースト/調味料(アミノ酸等)、増粘剤(キサンタンガム)、甘味料(ステビア)、(一部に小麦・ごま・大豆を含む)	
おつけもの	塩押し大根 漬け原材料[食塩、しょうゆ、ぶどう糖果糖液糖、めか類]/調味料(アミノ酸)、酸味料、甘味料(サッカリンNa)、酸化防止剤(V. C)、保存料(ソルビン酸K)、着色料(黄4)(一部に小麦・大豆を含む)		

	食材	原材料・添加物等
朝食2日目 おかず	ささみフライ	鶏肉、たまねぎ、粒状大豆たん白、塩麹漬用調味料・米麹加工品(食塩、米発酵調味料、醸造酢、砂糖、魚醤、粉末酒粕、酵母エキス、味噌、寒天、増粘剤(加工でん粉、キサンタン)、調味料(有機酸)、甘味料製剤)、レモン果皮、加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、香料、パン粉、バターミックス・小麦粉(米粉、植物油脂、食塩、砂糖、でん粉、パン粉、香辛料、粉末状大豆たん白、調味料(アミノ酸)、乳化剤製剤、増粘多糖類)、打ち粉・パン粉(加工でん粉製剤)、(一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉を含む)
	ソーセージ	畜肉(豚肉、牛肉)、豚脂肪、馬鈴薯澱粉、糖類(水飴、砂糖、ぶどう糖)、食塩、還元水飴、昆布エキス、ポークエキス、香辛料、メースパウダー、卵粉末、おろしにんにく、コショウ末、コリアンダーパウダー、ジンジャーパウダー、ナツメグパウダー/調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、トレハロース、発色剤(亜硝酸Na)、(一部に卵・牛肉・豚肉を含む)
	ひじき煮	ひじき、大豆、椎茸、人参、油揚げ、こんにゃく、醤油、砂糖、米油、水飴、米発酵調味料、酵母エキス、魚介エキス、食塩、昆布/トレハロース、酢酸(Na)、V. B1、水酸化Ca、(一部に小麦・大豆を含む)
	にんじんしりしり	にんじん、卵黄、植物油脂、食塩、かつお節エキス(たん白加水分解物、かつお節)/調味料(アミノ酸等)、(一部に卵・ごまを含む)
	たけのこ土佐煮	竹の子、砂糖、醤油(大豆・小麦を含む)、昆布だし、米発酵調味料、鰹節、食塩、かつお節エキス/調味料(アミノ酸等)、ビタミンC
	ふりかけ(小袋)	のりたま 乳糖、白ごま、卵黄粉、でん粉、砂糖、食塩、コーンフラワー、削節(さば、かつお)、のり、酵母エキス、小麦胚芽、しょうゆ、青のり、昆布エキス、発酵調味料、たんぱく加水分解物、デキストリン、香辛料、調味料(アミノ酸等)、着色料(V.B2、カロテノイド、スピルリナ青)、酸化防止剤(V.C)、甘味料(甘草)、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆を含む)

	食材	原材料・添加物等
3 日 目 朝 食	白身魚フライ	スケソウダラ、衣(パン粉(大豆を含む)、小麦粉、でん粉、食塩、米粉)／加工でん粉
	だし巻きたまご	液卵、植物油脂(大豆を含む)、でん粉(小麦を含む)、砂糖、食塩、でん粉発酵調味料、かつお風味調味料(乳成分を含む)／調味料(アミノ酸等)、増粘多糖類
	ハム	豚ロース肉、大豆蛋白、加工デンプン製剤、水あめ、食塩、卵蛋白、乳蛋白、砂糖、乳酸ナトリウム、蛋白加水分解物、リン酸塩(Na)、ポークコラーゲン、カゼインNa、醤油
	鶏ごぼう炒め	牛蒡、蒟蒻、鶏肉、人参、砂糖、醤油、植物油、米発酵調味料／調味料(有機酸)、水酸化カルシウム、増粘剤(加工デンプン)、(一部に小麦・大豆・鶏肉を含む)
	さつまいも甘露煮	さつまいも、水あめ、砂糖、食塩、ビタミンC、クチナシ黄色素、増粘多糖類
	ソース(小袋)	ウスターソース 野菜・果実(トマト、デーツ、にんじん、その他)、醸造酢、糖類(砂糖、ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖)、食塩、コーンスターチ、アミノ酸液、香辛料、発酵調味料、(一部に大豆・りんごを含む)
	味付け海苔	乾海苔、醤油、砂糖、食塩、味醂、昆布、エビ、水飴、唐辛子、調味料(アミノ酸)、甘味料(ステビア)、(一部に小麦・大豆を含む)

	食材	原材料・添加物等
4 日 目 朝 食	肉団子	ソース(砂糖(上白糖、加工黒糖)、しょうゆ、醸造酢、チキンエキス調味料(ごまを含む)／増粘剤(加工デンプン)、酢酸(Na)、カラメル色素)、鶏肉、たまねぎ、つなぎ(パン粉(小麦・乳成分を含む)、液卵白(卵を含む)、粉末状植物性たん白(大豆を含む))、粒状植物性たん白、豚脂、しょうゆ、チキンエキス調味料、加工黒糖、香辛料、植物油脂／加工デンプン、調味料(アミノ酸)、揚げ油(なたね油)
	ちくわ磯部揚げ	ちくわ[魚肉すり身(たら、ぐち)、でん粉、食塩、発酵調味料、砂糖、植物油]、衣(小麦粉、でん粉、アオサ)、揚げ油(大豆油)、調味料(アミノ酸等)、キシロース、膨張剤、着色料(V. B2、カロチン)
	マカロニサラダ	マカロニ、ドレッシング(食用植物油脂、砂糖類(粉末水あめ、砂糖)、鶏卵、醸造酢、食塩)、にんじん、砂糖、醸造酢／調味料(アミノ酸)、グリシン、増粘剤(キサンタン)、酢酸Na、酵素、香辛料抽出物、(一部に小麦・卵・大豆を含む)
	焼き鮭	秋鮭、食塩、大豆油
	野菜豆ごった煮	大豆、こんにゃく、鶏肉、米発酵調味料、ごぼう、人参、れんこん、水煮筍、砂糖、水煮芋茎、食塩、昆布、昆布エキス、醸造酢、ひじき、寒天／ソルビトール、調味料(アミノ酸等)、水酸化Ca、(一部に大豆・鶏肉を含む)
	ふりかけ(小袋)	のりたま 乳糖、白ごま、卵黄粉、でん粉、砂糖、食塩、コーンフラワー、削節(さば、かつお)、のり、酵母エキス、小麦胚芽、しょうゆ、青のり、昆布エキス、発酵調味料、たんぱく加水分解物、デキストリン、香辛料、調味料(アミノ酸等)、着色料(V.B2、カロチノイド、スピルリナ青)、酸化防止剤(V.C)、甘味料(甘草)、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆を含む)

	食材	原材料・添加物等
5 日 目 朝 食	チキンナゲット	鶏肉、でん粉、食塩、乾燥卵白、植物油脂、衣(でん粉、コーングリッツ、小麦粉、とうもろこし粉、食塩、香辛料、粉末状植物性たん白、乳蛋白質(ホエイプロテインアイソレート)、ぶどう糖、酵母エキス)、揚げ油(大豆油、パーム油)／加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、ポリリン酸Na、増粘多糖類、膨張剤、香辛料抽出物、香料、(一部に小麦・卵・乳成分・鶏肉を含む)
	ポテトサラダ	馬鈴薯、半固体状ドレッシング、調味酢、人参、コーン、玉葱、小麦粉加工品、砂糖、乳蛋白、食塩、発酵調味料、香辛料／調味料(有機酸等)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・りんごを含む)
	ソーセージ	畜肉(豚肉、牛肉)、豚脂肪、馬鈴薯澱粉、糖類(水飴、砂糖、ぶどう糖)、食塩、還元水飴、昆布エキス、ポークエキス、香辛料、メースパウダー、卵粉末、おろしにんにく、コショウ末、コリアンダーパウダー、ジンジャーパウダー、ナツメグパウダー／調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、トレハロース、発色剤(亜硝酸Na)、(一部に卵・牛肉・豚肉を含む)
	オクラのおひたし	オクラ つゆ しょうゆ、砂糖、醸造酢、食塩、かつおぶし、かつおエキス、さばぶし、米発酵調味料、魚介エキス／調味料(アミノ酸等)、酒精、カラメル色素、増粘剤(キサンタン)、(一部に小麦・さば・大豆を含む)
	スクランブルエッグ	鶏卵、植物油脂、乳等を主要原料とする食品、食塩、砂糖、でん粉発酵調味料、乳たん白、ほたてエキスパウダー、香辛料、加工でん粉、増粘多糖類、ピロリン酸ナトリウム、調味料(アミノ酸等)、カロチノイド色素、酢酸ナトリウム、乳化剤、グリシン、(原材料の一部に小麦・大豆・鶏肉を含む)
	ケチャップ(小袋)	トマトケチャップ トマト、糖類(砂糖・ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖)、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料
	味付け海苔	乾海苔、醤油、砂糖、食塩、味醂、昆布、エビ、水飴、唐辛子、調味料(アミノ酸)、甘味料(ステビア)、(一部に小麦・大豆を含む)

昼食 カレー	食材		原材料・添加物等
	ご飯	米	米
	カレー	カレールー	小麦粉、食用油脂(パーム油、なたね油)、砂糖、でん粉、食塩、カレー粉、デキストリン、さつまいもパウダー、酵母エキスパウダー、白菜エキスパウダー、香辛料、ローストキャベツパウダー、ローストオニオンパウダー/カラメル色素、(一部に小麦を含む)
		具材(野菜、肉)	玉ねぎ、人参、じゃがいも、牛肉
	福神漬け		だいこん、きゅうり、れんこん、なす、しょうが、しその葉、ごま、漬け原材料[糖類(ぶどう糖果糖液糖、砂糖)、食塩、醤油、アミノ酸液、醸造酢、たんぱく加水分解物]/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)、酒精、ソルビトール、着色料(黄5、赤102、黄4、赤106)、香料、(一部に小麦・大豆・ごまを含む)
フルーツ	オレンジ又はバナナ	オレンジ、バナナ ※仕入の状況によりどちらかとなります。	

昼食 豚丼	食材		原材料・添加物等
	豚丼	米	米
		豚肉	豚肉
		たまねぎ	たまねぎ
		白だし	食塩、蛋白加水分解物、しょうゆ、砂糖、かつおエキス、かつお節、米発酵調味料、ぶどう糖果糖液糖、昆布エキス、煮干いわし、昆布、醸造酢、酵母エキス/調味料(アミノ酸等)、酒精、(一部に小麦・大豆を含む)
		薄口しょうゆ	食塩、小麦、脱脂加工大豆、大豆、ぶどう糖、小麦たんぱく、米/アルコール
		本みりん	もち米、米こうじ、醸造アルコール、糖類
		砂糖	砂糖
	すまし汁	白だし	食塩、蛋白加水分解物、しょうゆ、砂糖、かつおエキス、かつお節、米発酵調味料、ぶどう糖果糖液糖、昆布エキス、煮干いわし、昆布、醸造酢、酵母エキス/調味料(アミノ酸等)、酒精、(一部に小麦・大豆を含む)
		薄口しょうゆ	食塩、小麦、脱脂加工大豆、大豆、ぶどう糖、小麦たんぱく、米/アルコール
		具材(うず巻麩)	小麦粉、小麦たんぱく、酸化防止剤(ビタミンE)
	具材(ねぎ)	ねぎ	
紅しょうが		しょうが、漬け原材料[食塩、醸造酢]/酸味料、調味料(アミノ酸等)、保存料(ソルビン酸K)、着色料(赤102、黄4)	

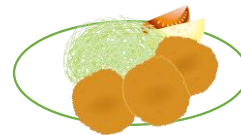
昼食 炊き込みごはん	食材		原材料・添加物等
	炊き込みごはん	米	米
	きのこごはんの素	きのこ(舞茸、榎茸、椎茸、ひらたけ、なめこ)、醤油、人参、砂糖、食塩、米発酵調味料、かつおエキス、昆布エキス/調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、くん液、(一部に小麦・そば・大豆を含む)	
豚汁	味噌	大豆、米、食塩、かつおエキス、昆布エキス/酒精、調味料(アミノ酸等)、(一部に大豆を含む)	
	白だし	食塩、蛋白加水分解物、しょうゆ、砂糖、かつおエキス、かつお節、米発酵調味料、ぶどう糖果糖液糖、昆布エキス、煮干いわし、昆布、醸造酢、酵母エキス/調味料(アミノ酸等)、酒精、(一部に小麦・大豆を含む)	
	具材(肉)	豚肉	
	具材(野菜)	大根、ごぼう、長ネギ、人参	
	具材(こんにやく)	こんにやく粉、海藻粉末、水酸化カルシウム(こんにやく用凝固剤)	
	具材(薄揚げ)	薄揚げ[大豆(遺伝子組換えでない)、植物油、豆腐用凝固剤]	
しば漬け		胡瓜、茄子、生姜、しそ葉漬け原材料[食塩、しょうゆ、ぶどう糖果糖液糖、醸造酢、アミノ酸液、たんぱく加水分解物、梅酢]、調味料(アミノ酸等)、乳酸Ca、酸味料、酒精、甘味料(ステビア)、ソルビトール、保存料(ソルビン酸K)、香料、着色料(赤106、赤102)、(原材料の一部に小麦・大豆を含む)	

昼食 焼きめし	食材		原材料・添加物等
	焼きめし	米	米
チャーハンの素		ポークエキス、食塩、大豆油、香味油、醤油、ごま油、酵母エキス、ガーリックエキス、胡椒、老酒、オイスターソース/調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、増粘剤(キサンタンガム)、(一部に小麦・ごま・大豆・豚肉・りんごを含む)	
具材(卵)		鶏卵	
ごま油		食用ごま油	
具材(野菜)		玉ねぎ、人参、ねぎ	
	具材(ハム)	豚ロース肉、大豆蛋白、加工デンプン製剤、水あめ、食塩、卵蛋白、乳蛋白、砂糖、乳酸ナトリウム、蛋白加水分解物、リン酸塩(Na)、ポークコラーゲン、カゼインNa、醤油	
ワンタンスープ	ガラスープ	食塩、デキストリン、チキンエキス、食用油脂、野菜エキス(オニオンエキス、キャベツエキス、ニンジンエキス)、たんぱく加水分解物、香辛料、酵母エキス/調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、(一部に鶏肉を含む)	
	ワンタン	小麦粉、豚肉、キャベツ、豚脂、たまねぎ、ごま油、でん粉、清酒、食塩、しょうが、チキンエキス調味料、オイスターソース、香辛料、砂糖、大豆粉、加工でん粉、調味料(アミノ酸等)	

夕食	食材		原材料・添加物等
	ご飯	米	米
野菜サラダ		レタス、キャベツ、人参 ※旬などの影響でサラダの内容は左記のいずれか、季節等により変化します。	
フレンチドレッシング		ぶどう糖果糖液糖、食用植物油、醸造酢、食塩、オニオンエキス、卵黄/増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(アミノ酸)、香辛料抽出物、(一部に卵・大豆を含む)	

夕食 ヒレカツ	食材		原材料・添加物等
	豚ヒレカツ		豚肉、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、食塩、でん粉、デキストリン、ジンジャーペースト、大豆たん白、乳たん白(乳成分を含む)、卵白粉末(卵を含む)、たん白加水分解物、衣(パン粉、でん粉、大豆粉、植物油)/カゼインNa、調味料(アミノ酸等)、加工デンプン、ソルビトール、増粘多糖類、乳化剤、酵素
	ソース	ウスターソース	醸造酢、砂糖類(ぶどう糖果糖液糖、砂糖)、食塩、野菜・果実(たまねぎ、にんじん、トマト、りんご)、香辛料/カラメル色素、調味料(アミノ酸等)
		トマトソース	トマト、砂糖、炒めたたまねぎ(大豆を含む)、植物油(なたね油、オリーブオイル)、食塩、にんにく、酵母エキス、チキンブイヨン/酸味料、パプリカ色素
	なめこ汁	味噌	大豆、米、食塩、かつおエキス、昆布エキス/酒精、調味料(アミノ酸等)、(一部に大豆を含む)
		白だし	食塩、蛋白加水分解物、しょうゆ、砂糖、かつおエキス、かつお節、米発酵調味料、ぶどう糖果糖液糖、昆布エキス、煮干いわし、昆布、醸造酢、酵母エキス/調味料(アミノ酸等)、酒精、(一部に小麦・大豆を含む)
		具材(ねぎ、なめこ)	ねぎ、なめこ[なめこ、食塩/酸化防止剤(V. C)]
	ピリ辛こんにゃく		こんにゃく、醤油、砂糖、食塩、魚介エキス、米発酵調味料、水飴、唐辛子、酵母エキス、昆布エキス/調味料(アミノ酸等)、酢酸Na、水酸化Ca、酸味料、(一部に小麦・さば・大豆を含む)
切干大根		切干大根、醤油、砂糖、人参、油揚げ、植物油、かつお節エキス、米発酵調味料/トレハロース、調味料(アミノ酸等)、酸味料、(一部に小麦・大豆を含む)	
カニ風味サラダ		カニ風味かまぼこ(魚肉すり身(魚肉、砂糖)、卵白、澱粉、食塩、たん白加水分解物、粉末状植物性たん白、砂糖、カニエキス)、タマネギ、半固体状ドレッシング、キャベツ/加工澱粉、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工澱粉、キサンタン、グァーガム)、炭酸Ca、香料、pH調整剤、トレハロース、グリシン、紅麴色素、卵白リゾチーム、香辛料抽出物、(一部にえび・かに・小麦・卵・乳成分・大豆・豚	

夕食 鶏の竜田揚げ	食材		原材料・添加物等
	鶏の竜田揚げ		鶏肉、澱粉、大豆油、醤油、小麦粉、砂糖、食塩、米粉、生姜汁、味醂、にんにくペースト、醸造酢、かつおエキス、香辛料、にんにく末/調味料(アミノ酸等)、加工デンプン、ポリリン酸Na、増粘剤(キサンタン)、乳化剤(一部に小麦・大豆・鶏肉を含む)
	もやしスープ	ガラスープ	食塩、デキストリン、チキンエキス、食用油脂、野菜エキス(オニオンエキス、キャベツエキス、ニンジンエキス)、たん白加水分解物、香辛料、酵母エキス/調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、(一部に鶏肉を含む)
		薄口しょうゆ	食塩、小麦、脱脂加工大豆、大豆、ぶどう糖、小麦たんぱく、米/アルコール
		具材(もやし、ねぎ)	もやし、ねぎ
	ほうれん草のおひたし	ほうれん草	ほうれん草
		つゆ	しょうゆ、砂糖、醸造酢、食塩、かつおぶし、かつおエキス、さばぶし、米発酵調味料、魚介エキス/調味料(アミノ酸等)、酒精、カラメル色素、増粘剤(キサンタン)、(一部に小麦・さば・大豆を含む)
春雨サラダ		春雨、砂糖、山くらげ、木耳、黄パプリカ、人参、赤パプリカ、醸造酢、植物油、食塩、スウィーティー果汁、シークワサー果汁、唐辛子/トレハロース、調味料(アミノ酸)、甘味料(アセスルファムK、スクラロース)、着色料(銅葉緑素)、(一部にごまを含む)	
シュウマイ		豚肉、たまねぎ、たけのこ、小麦粉、鶏肉、しょうゆ、砂糖、卵白、でん粉、粒状大豆たん白、なたね油、香辛料、乾しいたけ、食塩、たん白加水分解物、大豆粉、加工でん粉、膨張剤、調味料(アミノ酸等)	



夕食 クリームシチュー	食材		原材料・添加物等
	クリームシチュー	シチューの素	小麦粉、植物油、砂糖、でんぷん、食塩、デキストリン、全粉乳、脱脂粉乳、乳等加工品、玉ねぎ加工品、オニオンパウダー、チーズパウダー、酵母エキス、チキンブイオンパウダー、野菜エキス、ポークエキス、しょう油加工品、香辛料、調味油、バターミルクパウダー／調味料(アミノ酸等)、香料、乳化剤、酸味料、酸化防止剤(ビタミンE、ビタミンC)、(一部に乳成分・小麦・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
	具材(ソーセージ)	畜肉(豚肉、牛肉)、豚脂肪、馬鈴薯澱粉、糖類(水飴、砂糖、ぶどう糖)、食塩、還元水飴、昆布エキス、ポークエキス、香辛料、メースパウダー、卵粉末、おろしにんにく、コショウ末、コリアンダーパウダー、ジンジャーパウダー、ナツメグパウダー／調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、トレハロース、発色剤(亜硝酸Na)、(一部に卵・牛肉・豚肉を含む)	
	具材(野菜)	玉ねぎ、人参、じゃがいも	
	コロッケ	野菜(ばれいしょ、たまねぎ)、牛肉、砂糖、パン粉、小麦粉加工品、しょうゆ、牛脂、粒状大豆たん白、香味調味料、たん白加水分解物、香辛料、食塩、衣(野菜パン粉、小麦粉、でん粉)／調味料(アミノ酸等)、着色料(パプリカ粉末、カラメル)、増粘多糖類、(一部に小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉を含む)	
	インゲンの胡麻和え	インゲン、砂糖、すりごま、人参、いりごま、粉末白醤油、食塩、かつお調味料、とうもろこし乳酸発酵粉末調味料、昆布調味料、香辛料／調味料(アミノ酸等)、増粘剤(キサンタン)、酸味料、甘味料(カンゾウ)、(一部に小麦・乳成分・ごま・大豆を含む)	
	鶏とブロッコリーの和え物	蒸し鶏	
		ブロッコリー	
		和風ドレッシング	
		ぶどう糖果糖液糖、しょうゆ、醸造酢、米発酵調味料、ごま、しょうが、塩蔵みょうが、食塩、ガーリックペースト／調味料(アミノ酸等)、増粘剤(キサンタンガム)、甘味料(ステビア)、(一部に小麦・ごま・大豆を含む)	
	ごぼうサラダ	ごぼう、マヨネーズ(食用植物油、鶏卵、醸造酢、砂糖、食塩)、にんじん、金ごま、しょうゆ、砂糖、ごま油、しいたけエキスパウダー／グリシン、増粘剤(加工デンプン)、調味料(アミノ酸等)、酢酸Na、香辛料抽出物、(一部に小麦・卵・ごま・大豆を含む)	

夕食 ハンバーグ	食材		原材料・添加物等
	ハンバーグ	ハンバーグ	牛肉、豚肉、ソーセージ、鶏肉、液卵、パン粉、牛脂、粒状大豆たん白、食塩、ビーフエキス調味料、砂糖、香辛料／加工デンプン、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、貝カルシウム、(一部に小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
	ウスターソース	醸造酢、砂糖類(ぶどう糖果糖液糖、砂糖)、食塩、野菜・果実(たまねぎ、にんじん、トマト、りんご)、香辛料／カラメル色素、調味料(アミノ酸)	
	デミグラスソース	水飴、トマトペースト、たまねぎエキス、米発酵調味料、ビーフエキス、植物油、ブラウンルー、加工油脂、濃縮ぶどう果汁、チキンエキス、ワイン、ポークエキス、デミグラスソース、食塩、酵母エキス、オニオンパウダー、コショウ末、香辛料／ソルビトール、増粘剤(加工デンプン)、カラメル色素、調味料(アミノ酸等)、香料、pH調整剤、(一部に小麦・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉を含む)	
	具材(野菜)	たまねぎ	
	コンソメスープ	チキンコンソメ	
		塩、こしょう	
		具材(野菜)	
	ほうれん草の胡麻和え	ほうれん草	
		ごま和えの素	
		すりごま、砂糖、粉末しょうゆ、白ごま、ごま油、混合節エキス、食塩、鯉削り節粉末、昆布エキス、チキンエキス、でん粉／加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、(一部に小麦・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉を含む)	
	パスタ	パスタ	
		オリーブオイル	
		つゆ	
		しょうゆ、砂糖、醸造酢、食塩、かつおぶし、かつおエキス、さばぶし、米発酵調味料、魚介エキス／調味料(アミノ酸等)、酒精、カラメル色素、増粘剤(キサンタン)、(一部に小麦・さば・大豆を含む)	
	ポテト	ポテト	
		塩	
		じゃがいも、植物油、食塩、ぶどう糖/ピロリン酸Na、(一部に小麦を含む)	
		天日塩、炭酸マグネシウム	

