

## 令和8年度 ボランティアスタッフ養成講座

### ◎食事メニュー (2月7日(土)・8日(日))

#### 【1日目】

昼食	夕食
炊き込みご飯	ごはん
イカリング	エビフライ
付け合せ	付け合せ
おひたし	金平こんにゃく
漬物	ポテトサラダ
かき玉汁	味噌汁
お茶	お茶
	フルーツポンチ

#### 【2日目】

朝食	昼食
パン	カレーライス
いちごジャム	マカロニサラダ
スライスハム	ボイル野菜
ミートボール	漬物
焼きポテト	お茶
付け合せ	
フルーツ	
コンソメスープ	
お茶	

◎献立表・アレルゲン表示

	献立名	材料名		卵	乳	小麦	エビ	カニ	そば	ピーナッツ	ゴマ	アワビ	イカ	イクラ	オレンジ	キウイ	モモ	バナナ	リンゴ	牛肉	クルミ	カシューナッツ	アーモンド	サケ	サバ	大豆	鶏肉	豚肉	松茸	山芋	ゼラチン		
1日目	炊き込みご飯	米																															
		鶏肉																									○						
		人参																															
		ごぼう																															
		油揚げ																								○							
		干しいたけ																									○						
		だしの素	*09																														
	イカリング		*12	○		○							○													○							
	付け合せ	キャベツ																									○						
	おひたし	チンゲン菜																															
	漬物	刻みたくあん	*39			○					○																○						
	かき玉汁	玉子		○																													
	葱																																
	だしの素	*09																															
お茶	麦				○																												
1日目	ごはん	米																															
	エビフライ		*37	○		○	○																				○						
	付け合せ	キャベツ																															
	金平こんにゃく	こんにゃく																															
		人参																															
		だしの素	*9																														
	ポテトサラダ	ばれいしょ																															
		ミックスベジタブル	*21																														
		マヨネーズ	*6	○		○																					○						
	味噌汁	小松菜																															
		えのき																															
		油揚げ																									○						
	米味噌																									○							
	だしの素	*9																															
お茶	麦				○																												
フルーツポンチ	パインスライス	*46																															
	フルーツカクテル	*47															○																
2日目	パン	バターロール	*1	○	○	○																					○						
	いちごジャム		*2																	○													
	スライスハム		*3	○	○																					○		○					
	ミートボール		*15	○	○	○					○															○	○	○					
	ボイル野菜	ブロッコリー																															
	付け合せ	キャベツ																															
	フルーツ	バナナ																															
	コンソメスープ	コンソメ	*5			○	○													○													
	お茶	麦				○																											
2日目	カレーライス	米																															
		豚肉																											○				
		ばれいしょ																															
		玉葱																															
		人参																															
		カレールー	*27			○																					○	○	○		○		
		ケチャップ	*20																														
		コンソメ	*5			○	○																				○	○					
	マカロニサラダ	マカロニ				○																											
		人参																															
		きゅうり																															
		コーン																															
		マヨネーズ	*6	○		○																					○						
	ボイル野菜	ブロッコリー																															
漬物	福神漬	*28			○					○																○							
お茶	麦				○																												

◆アレルゲンは特定28品目を表示しています。  
◆「＊」については、別紙「原材料名」をご確認ください。  
◆その他の調味料等につきましては、食堂（TEL 080-6237-6735）に直接お問い合わせください。

材料名	原材料名
※1 ロイヤルバターロール	小麦粉(国内製造)、糖類、バター入り小麦粉調製品、バターフラワーペースト、卵、パン酵母、ファントスプレッド、植物油類、脱脂粉乳、食塩、発酵臭除剤、発酵種、植物性たん白、脱脂濃縮乳、乳たん白/乳化剤、加工デンプン、酢酸(Na)、糊料(アルギン酸エステル、キサンタン)、香料、イーストフード、V.C、カロチイド色素、(一部に乳成分・卵・小麦・大豆を含む)
※2 15G イチゴマックスN5inch 40X15F	糖類(水あめ)、糖類(砂糖)、果実(いちご)、果実(りんご)、ゲル化剤(ペクチン)、酸味料、香料
※3 ロースハムスライス	加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、水あめ、卵黄(卵)、食塩、乳たん白、植物性たん白、砂糖、たん白加水分解物、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸等)、酸味料、酸化防止剤(V.C)、保水料(ソルビン酸K)、増粘多糖類、発色剤(亜硝酸Na)、着色料(コチニール、ラック)、香辛料、甘味料(ステビア)、くん液(原材料の一部に大豆を含む/酸等)、炭酸Ca、ソルビトール、コチニール色素
※4 「クルール&クッキングスー」コングリーム	スイーコー(日本又はアメリカ又はニュージーランド)、小麦粉、デキストリン、クリームギンパウダー、砂糖、でん粉、食塩、乳糖、食用加工油脂、チーズ、酵母エキス、香辛料、酵母エキス調味料、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(グァーガム)、香料
※5 「クルール×チキンコンソ」	乳糖(カナダ産又はアメリカ製造)、食塩、鶏肉、デキストリン、砂糖、チキンアンプル、酵母エキス、食用加工油脂、粉末しょうゆ、オニオンパウダー、酵母エキス発酵調味料、乳たん白、香料、たん白加水分解物、でん粉、果糖、調味料(アミノ酸等)、カaramel色素、酸味料
※6 卵黄マヨネーズ	食用植物油類、醸造酢、卵黄、食塩、砂糖類(粉末水あめ、砂糖)、香辛料、調味料(アミノ酸)、香辛料抽出物、清酒
※7 オイスターソース	かきエキス、たん白加水分解物、砂糖、でん粉、食塩、昆布エキス、香辛料、調味料(アミノ酸等)(L-グルタミン酸ナトリウム)、(コウジ酸ナトリウム)、(コウジ酸)、(5'-グテアル酸ナトリウム)(5'-インノシン酸ナトリウム)(グルタミン酸1類)、酸味料(クエン酸)、水
※8 創味 中華粒	食塩、ぶどう糖、香肉エキス、野菜エキス、香辛料/調味料(アミノ酸等)、(一部に小麦・ゼラチン・大豆・鶏肉を含む)
※9 和風だし	食塩、砂糖、風味原料(かつお節粉末、かつおエキス)、調味料(アミノ酸等)
※10 チンタトオムレツ30R	食塩、加工油脂類(加工油脂類(タピオカ)、トマツケチャップ、砂糖、人参、玉ねぎ、鶏肉、醸造酢、食塩、着色料(カラメル)、カラメル色素、水、植物油(菜種油)、植物油(大豆油)
※11 ちらし飯	野菜(人参、たけのこ、れんこん、かみゆり、干しいたけ)砂糖、醸造酢、エキス(鰹、チキン)、食塩、しょうゆ、醸造味噌(大豆、みん)、調味料(アミノ酸等)原材料の一部に小麦・大豆、鶏肉を含む
※12 イカリングフライ	イカ(中国)、還元水あめ、食塩、イカ調味料(イカ発酵調味料、還元遊離糖化合物、酵母エキス、粉末小麦発酵調味料)、衣(小麦粉、小麦粉、小麦粉、砂糖、コーンスターチ、食塩)、卵、乳化剤、pH調整剤、加工デンプン、(一部に小麦・乳成分のみ)・大豆を含む
※13 から揚げ	鶏肉、しょうゆ、大豆たんぱく、白ワイン、食塩、砂糖、しょうが、でん粉、にんじん、白コショウ、衣(小麦粉、小麦粉、米粉、大豆たんぱく、糖類(砂糖、ブドウ糖)食塩、白コショウ)、揚げ油、(大豆油)、加工でん粉、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸)、pH調整剤
※14 さつま揚げハーフスライス	魚肉、植物油(大豆)、植物たん白(大豆)、食塩、調味料(風味香料)、砂糖、食塩、ぶどう糖、卵白、発酵調味液、魚介エキス、加工でん粉(魚粉)、pH調整剤製剤、調味料(アミノ酸)、炭酸Ca、水、キシロース(加工助剤)
※15 ミートボール(タ付)R	鶏肉、たまねぎ、つなぎ(パン粉)、つなぎ(液卵白)、つなぎ(粉末状植物性たん白)、粒状植物性たん白、豚脂、しょうゆ、砂糖蜜、チキンフイン調味料、おろししょうが、香辛料、植物油類、加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、ソース(しょうゆ)、ソース(砂糖)、ソース(ぶどう糖果糖液糖)、ソース(醸造酢)、ソース(チキン(チキンソース)調味料)、ソース(植物油類)、ソース(香辛料)、ソース(増粘剤(加工デンプン))、ソース(カラメル色素)、揚げ油(なたね油)、調整水等
※16 ベーコンスライス	豚バラ肉(輸入)、植物性たん白、卵たん白、食塩、乳たん白、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(V.C)、糖類、発色剤(亜硝酸Na)、くん液、着色料(コチニール)、香辛料、甘味料(ステビア)
※17 うず巻ふ	小麦粉、グルテン
※18 甘酢あんかけのたれ	糖類(果糖)ぶどう糖液類(砂糖、水あめ)、米粉、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、アミノ酸液(大豆を含む)、食塩、たん白加水分解物(小麦・大豆を含む)/増粘剤(加工デンプン、キサンタン糖)、調味料(アミノ酸等)
※19 白身フライカラーパン粉	タラ、小麦粉、ブドウ糖、ショールーニン、酵母、食塩、大豆油、トウガラシ色素、水、小麦粉、でん粉、食塩、グルタミン酸、グアガム、水、小麦粉
※20 ケチャップ	トマト、ブドウ糖加糖液糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料
※21 ミックスベジタブル	にんじん、グリーンピース、スイートコーン(どちらも生)
※22 甜面醤	砂糖、みそ、植物油類(落花生油、大豆油、ごま油)、水、しょうゆ、小麦粉、ピーナツペースト、食塩、オイスターエキス
※23 焼売	たまねぎ、鶏肉、小麦粉、豚脂、豚肉、粒状大豆たん白、卵白、砂糖、粉末状大豆たん白、なたね油、しょうゆ、たん白加水分解物、食塩、風味エキス調味料、香辛料、オイスターソース、ごま油、大豆粉、粒状小麦たん白、ホタテエキス調味料、植物油、加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、ゲル化剤(カゼイン)、pH調整剤、水
※24 ハンバーグ	鶏肉、たまねぎ、粒状植物性たん白、パン粉、卵黄、しょうゆ、砂糖、食塩、酵母エキス、粉末状混合調味料、香辛料、乾燥卵白、加工デンプン、調味料(アミノ酸)、カaramel色素、(原材料の一部に乳成分、豚肉を含む)
※25 春巻	粒状植物性たん白、野菜(キャベツ、たけのこ)、ラード、でん粉、しょうゆ、砂糖、鶏肉、植物油類、かきエキス、はるさめ、おろししょうが、からスープ、おろしにんじん、食塩、脱脂粉乳、皮(小麦粉(国内製造)、油脂加味食品、粉末水あめ、ショールーニン、植物油類、大豆粉、コーンフーダー、食塩)/加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、炭酸水素Na、カaramel色素、(一部に小麦・乳成分・ごま・大豆/鶏肉・豚肉を含む)
※26 豚カツ	たまねぎ、豚肉、でん粉、大豆たん白、食塩、パン粉、小麦粉、でん粉、こしょう、食塩、ソルビトール、調味料(アミノ酸)、ポリリン酸Na、増粘剤(グアガム)、水
※27 とろけるカレー甘口	食用油脂、パーム油、なたね油、小麦粉、砂糖、食塩、でん粉、カレー粉、ポークパウダー、白菜エキスパウダー、つなぎ(小麦)パウダー
※28 福神漬	大根、連根、生姜、そして、食塩、しょうゆ、酸味料(酢酸、漬物用改良剤)、調味料(アミノ酸)、甘味料(アミノ酸)、保存料(ソルビン酸K)、着色料(黄4、赤102、赤106)、香辛料(シシトウ)、水
※29 あじフライ	あじ、食塩、パン粉、小麦粉、小麦でん粉、食塩、調味料(アミノ酸)、増粘剤(グアガム)、パプリカ色素、水
※30 野菜コロッケ	じゃがいも、衣(パン粉、小麦粉、でん粉)、食塩、コーン、たまねぎ、にんじん、カaramel、乾燥ワッパボテト、グリーンピース、食塩、大豆油、香辛料/調味料(アミノ酸)、増粘剤、(グアガム)、食塩、着色料(カロチノイド)、(一部に小麦・大豆を含む)
※31 特ふり たまご	乳糖、いりごま、小麦粉、砂糖、卵黄粉末、卵黄粉、加工油脂、すりごま、大豆加工品、還元水あめ、こしあん、チキン、酵母、魚介、鰾粉、鰾り粉、海菜カラムシのり、醤油、鶏脂、乳製品、ぶどう糖果糖液糖、イースト、パーム油、みりん、あおさ、抹茶、デキストリン、アミノ酸、卵殻カシウム、ビタミンE、カロチン色素、トウガラシ色素、パーム油カロテン、アフトロ色素、.....
※32 R関西風うどんつゆ1・8L	砂糖、食塩、たん白加水分解物、しょうゆ、うめいわし、しょうがかつお、かつおだし、こんぶ、調味料(アミノ酸等)、カaramel色素
※33 味付けしあげ	油揚げ、糖類(果糖)ぶどう糖液糖、砂糖、醤油、醸造酢、でん粉、カaramel色素
※34 柔からチキンカツ	鶏ムネ肉、パン粉、馬鈴薯でんぷん、食塩、コショウ、砂糖、調味料(アミノ酸)、pH調整剤、酢酸ナトリウム、ケン酸ナトリウム(ケン酸ナトリウム、グリシン、食品素材)、水、パン粉、バターミルク(水汲み)
※35 ハヤシフレーク	小麦粉(国内製造)、豚脂、砂糖、食塩、ブランラン、トマトパウダー、でんぷん、粉末ソース、トマト調味料/着色料(カラメル、パプリカ色素)、加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酸味料、(一部に小麦・大豆・豚肉を含む)
※36 赤湯餡	でん粉(小麦粉)、植物油(大豆)、食塩、発酵調味液、砂糖、卵白、大豆たん白、風味調味料、加工でん粉(タピオカ)、調味料(アミノ酸)、炭酸Ca、ソルビトール、着色料(赤色)、水、離型剤、酵素製剤
※37 えびフライ	衣(パン粉、小麦粉、でん粉、粉末卵白、粉末全卵、食塩、砂糖、植物油類、粉末状植物性たん白、ぶどう糖)、パナミエ及び、砂糖、食塩、加工でん粉、ケン酸Na、調味料(アミノ酸等)、炭酸水素Na、ペーキングパウダー、塩化K、Cu、着色料抽出物、(一部にえび・小麦・大豆を含む)
※38 「冷太郎®」18Lボトル	醸造酢(国内製造)、しょうゆ、水、砂糖、果糖ぶどう糖液糖、砂糖、ごま油、調味料(アミノ酸)
※39 刻みたあん	大根、漬け原料(食塩、しょうゆ)/調味料(アミノ酸)、酸味料、保存料(ソルビン酸K)、乳酸カルシウム、甘味料(サッカリンNa)、着色料(黄4)、(一部に小麦・大豆を含む)
※40 プレーンオムレツ	全卵、卵白、でん粉、砂糖、食塩、はつ酵調味料、たん白加水分解物、デキストリン、しょうゆ、さば節、かつお節粉末、還元水あめ、脱脂粉乳、こんぶエキス、植物油類、加工でん粉、カロチン色素、増粘剤(キサンタン)、食料(アミノ酸等)、ペーキングパウダー、(原材料の一部に小麦を含む)
※41 味付けのり	乾のり(韓国産)、魚介エキス(えびを含む)、米発酵調味料、砂糖、食塩、酵母エキス、デキストリン、唐辛子、粉魚油類、調味料(アミノ酸)、グリシン、甘味料(カンゾウ)、香辛料抽出物、pH調整剤
※42 ジャムマーマーリン	乾のり(韓国産)、魚介エキス(えびを含む)、米発酵調味料、砂糖、食塩、酵母エキス、デキストリン、唐辛子、粉魚油類、調味料(アミノ酸)、グリシン、甘味料(カンゾウ)、香辛料抽出物、pH調整剤
※43	