

## 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	りんご	牛肉	クルミ	カシュー	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 昼食	炊き込みご飯	米																																		
		鶏肉																										○								
		人参																																		
		ごぼう																																		
		油揚げ																																		
		干ししいたけ																											○							
		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 夕食	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															○																		
2日目 朝食	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 昼食	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。

## ◎原材料名

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、バターフラワーベースト、卵、パン酵母、ファットプレッド、植物油脂、脱脂粉乳、食塩、発酵風味料、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(アルギン酸エチル、キサンタン)、香料、イーストード、V. C.、カラロノイド色素、(一部に乳成分・卵・小麦・大豆を含む)
※2 15G イチゴミックス Nシキ 40X15F	糖類(水あめ)、糖類(砂糖)、果実(いちご)、果実(りんご)、ゲル化剤(ベクチン)、酸味料、香料
※3 ロースハムスライス	加工でん粉、調味料(アミ豚ロース肉、水あめ、卵たん白、食塩、乳たん白、植物性たん白、砂糖、たん白水分解物、リノ酸塩(Na)、調味料(アミノ酸等)、酸味料、酸化防止剤(V.C.)、保存料(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、ラク)、香辛料、香料、酵母エキス調味料、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(ゲルガム)、香料
※4 「クノール® クッキングスープ」コーンクリーム	スイートコーン(日本ではアメリカ又はニュージーランド)、小麦粉、デキストリン、クリーミングパウダーサンド、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(ゲルガム)、香料
※5 「クノール® チキンコンソメ」	乳糖(カナダ製造又はアメリカ製造)、食塩、雞肉、デキストリン、砂糖、チキンファット、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、香辛料、たん白水分解物、粉末、果糖、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料
※6 鶏卵マヨネーズ	食用植物油、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、清水
※7 オイスターソース	かきエキス、たん白水分解物、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)、(コハク酸ニトリウム)、(コハク酸)、(5'-グアニル酸ニトリウム)(5'-イノシン酸ニトリウム)カラメル色素(1類)、酸味料(エチノ酸)、水
※8 創味 中華粒	食塩、ぶどう糖、畜肉エキス、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・豚肉を含む)
※9 和風だし	食塩、砂糖、風味原料(かつお筋粉末、かつおエキス)、調味料(アミノ酸等)
※10 チキントマトムレソース	鶏卵、加工澱粉(タピオカ)、マトケチャップ、砂糖、人參、玉ねぎ、鶏肉、醸造酢、食塩、着色料製剤、カラメル色素、水、植物油(菜種油)、植物油(大豆油)
※11 ちらしの素	野菜(人参、たけのこ、れんこん、かんじょう、かんしらとう)、砂糖、醸造酢、エキス(昆布・チキン)、食塩、しょうゆ、醸造調味料、みりん、調味料(アミノ酸等)原材料の一部として小麦・大豆・鶏肉を含む
※12 イカリングフライ	イカ(中国)、遠元水あめ、食塩、イカ調味料(カバ発酵物、遠元醤粉糖化物、酵母エキス、粉末小麦発酵調味料)、衣(パン粉・小麦粉)、砂糖、コーンスターク、食塩、／、乳化剤、pH調整剤、加工デンプン、(一部に小麦・乳成分ないか・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、しょうゆ、でん粉、にんにく、白コショウ、衣(小麦粉・でん粉・米粉・大豆たんぱく)、糖類(砂糖、ドウ糖)食塩、白コショウ(1)、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・小麦)、でん粉・馬鈴薯、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(馬鈴薯)、pH調整剤製剤、調味料(アミノ酸)、炭酸Ca、水、キシリース(加工助剤)
※15 ミートボール(タレ付)R	鶏肉、たまねぎ、なごみ(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、豚脇、さとうゆ、砂糖蜜、チキンブイヨン調味料、おろししょうゆ、香辛料、植物油脂、加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、ソース(さとうゆ)、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(チキンブイヨン調味料)、ソース(植物油)、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、リノ酸塩(Na)、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(V.C.)、酸味料、発色剤(亜硝酸Na)、くん液、香辛料(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(果糖ぶどう糖液糖(国内製造)、砂糖、水あめ)、米酢、しうり(小麦・大豆を含む)、アミノ酸液(大豆を含む)、食塩、たん白水分解物(小麦・大豆を含む)／増粘剤(加工デンプン、キサンタンガム)、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、ショートニング、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、グリビース、スイートコーン(とうもろこし)
※22 甜面酱	砂糖、みそ、植物油(落花生油、大豆油、ごま油)、水、しうり、大麦粉、ビーナッツペースト、食塩、オイスターエキス
※23 焼壳	たまねぎ、鶏肉、小麦粉、豚脂、豚肉、粒状大豆たん白、なたね油、しうり、たん白水分解物、食塩、ポーカエキス調味料、香辛料、オイスター調味料、味噌油、加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、炭酸水素Na、カラメル色素、(一部に小麦・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
※24 ハンバーグ	鶏肉、たまねぎ、粒状植物性たん白、パン粉、牛脂、しうり、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)、カラメル色素、【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、しうり、砂糖、鶏肉、植物油脂、かきエキス、はるさめ、おろししょうが、がらスープ、おろしにんにく、食塩、脱脂粉乳、皮(小麦粉)(国内製造)、油脂加工品、粉末水あめ、ショートニング、植物油脂、大豆粉、コーンフラワー、食塩)／加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、炭酸水素Na、カラメル色素、(一部に小麦・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
※26 豚串カツ	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、こしら、食塩、ソルビトール、調味料(アミノ酸)、ボリソノン酸Na、増粘剤(ゲルガム)、
※27 とろけるカレー甘口	食用油脂、バーム油、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、さとうゆ(も)パウダー
※28 福神漬	大根、蓮根、生姜、しそ、食塩、しうり、酸味料(酢酸)、漬物用品質改良剤製剤)、調味料(アミノ酸)、甘味料(サッカリンNa)、保存料(ソルビン酸K)、着色料(青4、赤102、赤106)、香料(もも香料)、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)、パブリカラ色素、水
※30 野菜コロッケ	じやまいも、衣(パン粉・小麦粉・でん粉・食塩)、コーン、たまねぎ、にんじん、砂糖、乾燥マッシュポテト、グリビース、スイートコーン(とうもろこし)
※31 特ぶり たまご	乳糖、いりごま、小麦粉、砂糖、卵黄粉末、卵黄粉末、加工油脂、すりごま、大豆加工品、遠元水あめ、こいあん、チキン、酵母、魚介、鰹節、鰹削り節、海藻カルシウムのり、醤油、鶏卵、乳製品、ぶどう糖液糖、イースト、バーム油、みりん、あおさ、味噌、デキストリン、アミノ酸、卵殻カルシウム、ビタミンE、カラロノイド色素、トウガラシ色素、バーム油カラントン、アトア一色素、-----
※32 R関西風うどんつゆ1.8L	砂糖、食塩、たん白水分解物、しうり、うるまいわしぶし、そだかつおぶし、こんぶ、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素
※33 味付すしあげ	油揚げ、糖類(果糖ぶどう糖液糖、砂糖)、醤油、醸造酢、でん粉、カラメル色素
※34 柔らかチキンカツ	鶏肉ミンチ、パン粉、馬鈴薯でんぶん、食塩、コーン、砂糖、チキン、酵母、魚介、鰹節、鰹削り節、海藻カルシウムのり、醤油、鶏卵、乳製品、ぶどう糖液糖、イースト、バーム油、みりん、あおさ、味噌、デキストリン、アミノ酸、卵殻カルシウム、ビタミンE、カラロノイド色素、トウガラシ色素、バーム油カラントン、アトア一色素、-----
※35 ハヤシフレーク	小麦粉(国内製造)、豚脂、砂糖、食塩、ブランウルフ、トマトパウダー、でんぶん、粉末ソース、トマト調味料、着色料(カラメル)、パブリカラ色素、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 赤蒲鉾	魚肉、でん粉(小麦)、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)、調味料製剤、炭酸Ca、ソルビトール、着色料製剤、水、離型剤、酵素製剤
※37 えびフライ	衣(パン粉・小麦粉・でん粉・粉末全卵)、砂糖、植物油(大豆油)、食塩、香辛料抽出物、(一部にえび・小麦・卵・大豆を含む)
※38 「冷太郎®」1.8Lボトル	醸造酢(国内製造)、しうり、水、砂糖、果糖ぶどう糖液糖、食塩、ごま油、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)、香料(黄4)、(一部に小麦・大豆を含む)
※39 刻みたくあん	全卵、卵白、でん粉、砂糖、卵黄粉末、加工油脂、すりごま、エキス(アミノ酸等)、味噌乳、こんぶエキス、調味料(アミノ酸等)、炭酸水素Na、ベーキングパウダー、
※40 ブレーンオムレツ	乾のり(韓国産)、魚介エキス(さひを含む)、米貝鮮調味料、砂糖、食塩、酵母エキス、デキストリン、唐辛子、粉末魚醤、調味料(アミノ酸等)、グリシン、甘味料(カラントン)、香辛料抽出物、pH調整剤
※41 味付けのり	いちじょう、砂糖類(水あめ、砂糖)、いちご、ゲル化剤(ベクチン)、酸味料マーガリン、食用植物油、食用精製加工油脂、食塩、脱脂粉乳、乳化剤、香料、カラメル色素、(原材料の一部に大豆を含む)
※42 ジャムマーガリン	豚ロース肉(三元豚)(米国)、粉末状植物性たん白、食物繊維、食塩、乾燥卵白、水、トレハロース、増粘多糖類、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、乳化剤、パン粉、大豆粉、植物油脂、水、加工デンプン、増粘多糖類
※43 三元豚ロースカツ	野菜(たまねぎ、にんじん、ごぼう、しゅんぎく)、小麦粉、えび、でん粉、コーンフラワー、粉末状植物性たん白、水あめ、食塩、植物油脂、揚げ油(大豆油)／調味料(アミノ酸等)、ベーキングパウダー、カラロノイド色素、(一部にえび・小麦・大豆を含む)
※44 えびかき揚げ	野菜(キャベツ)、にら、たまねぎ、にんにく、食肉(鶏肉、豚肉)、豚脂、粉末状大豆たん白、ごま油、清酒、でん粉、砂糖、オイスターソース、香辛料、皮(小麦粉)、なたね油、食塩、もち米粉、でん粉、しうり、大豆粉、卵白粉、(原材料の一部に小麦を含む)
※45 ギョーザ	野菜(キャベツ)、にら、たまねぎ、にんにく、食肉(鶏肉、豚肉)、豚脂、粉末状大豆たん白、ごま油、清酒、でん粉、砂糖、オイスターソース、香辛料、皮(小麦粉)、なたね油、食塩、もち米粉、でん粉、しうり、大豆粉、卵白粉、(原材料の一部に小麦を含む)
※46 パインスライス	パインアップル、砂糖／酸味料
※47 フルーツカクテル	果実(黄もも、洋梨、ぶどう、パインアップル、さくらんぼ)、砂糖／酸味料、着色料(赤3)、(一部にももを含む)