

令和8年度 もじ少年自然の家 食堂物資配合表

<低アレルギー献立>

※醸造調味料(しょうゆ・みそ・酢など)由来の小麦は★印で表示しています

【ふれあい合宿】

献立名 昼食【 こんこんカレーライス 】

令和8年3月作成

| 食品名 | 主な配合 | アレルギー | | | | | | | | | |
|-----------|---|-------|---|----|----|-----|----|----|-----|---------|------------------|
| | | 卵 | 乳 | 小麦 | そば | 落花生 | えび | かに | くるみ | カシューナッツ | その他 |
| 米 | | | | | | | | | | | |
| 強化米 | 白米、食用油脂、でんぷん、砂糖、米めかろう、ビタミンB1、クエン酸、乳化剤、糊料(アカシア)、ビタミンB2 | | | | | | | | | | |
| 豚肉 | | | | | | | | | | | 豚肉 |
| サラダ油 | 食用大豆油、食用なたね油、シリコーン | | | | | | | | | | 大豆 |
| 赤ワイン | 醸造調味料(赤ワイン、アルコール、食塩等)、ぶどう糖、食塩、酸味料、保存料(安息香酸Na、ブチルパベン)、香料、ぶどう果皮色素、調味料(アミノ酸等) | | | | | | | | | | |
| カレー粉 | ターメリック、コリアンダー、フェネグリーク、クミン、こしょう、赤唐辛子、ちんぴ、その他香辛料 | | | | | | | | | | |
| おろしにんにく | にんにく、食塩、酸味料、pH調整剤 | | | | | | | | | | |
| おろししょうが | しょうが、食塩、酒精、酸味料、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、増粘剤(キサンタンガム) | | | | | | | | | | |
| 味付塩こしょう | 食塩、ブラックペッパー、砂糖、L-グルタミン酸ナトリウム | | | | | | | | | | |
| 赤みそ | 大豆、大麦、食塩、米/調味料(アミノ酸等)、酒精 | | | | | | | | | | 大豆 |
| クミン | クミン | | | | | | | | | | |
| コリアンダー | コリアンダー | | | | | | | | | | |
| 野菜 | たまねぎ、にんじん、じゃがいも | | | | | | | | | | |
| こんにやく | こんにやく芋精粉、海藻粉末、水酸化カルシウム | | | | | | | | | | |
| れんこんスライス | レンコン、クエン酸、メタリン酸Na、L-アスコルビン酸、次亜硫酸Na | | | | | | | | | | |
| SBカレーフレーク | でん粉(国内製造)、パーム油・なたね油混合油脂、砂糖、食塩、カレー粉、オニオンパウダー、酵母エキスパウダー、さつまいもパウダー、香料、トマトパウダー/増粘剤(加工でん粉)、カラメル色素、乳化剤、酸味料、香料 | | | | | | | | | | |
| 砂糖 | | | | | | | | | | | |
| 中濃ソース | 醸造酢、糖類(ぶどう糖液糖、砂糖)、野菜・果実(トマト、たまねぎ、りんご、にんじん)、食塩、香辛料、増粘剤(加工でん粉)、カラメル色素、調味料(アミノ酸等) | | | | | | | | | | りんご |
| トマトケチャップ | トマト、果糖ぶどう糖液糖、醸造酢、食塩、玉ねぎ、香辛料 | | | | | | | | | | |
| 野菜スープ | キャベツ、玉ねぎ、にんじん | | | | | | | | | | |
| ガラスープ | 畜肉エキス(国内製造)、動物油脂、香味油、野菜エキス、たまねぎ、にんにく、魚介エキス、香辛料、酵母エキス/調味料(アミノ酸等)、(一部にさけ・ゼラチン・大豆・鶏肉・豚肉を含む) | | | | | | | | | | 大豆・豚肉・鶏肉・さけ・ゼラチン |
| ローリエ | 月桂樹 | | | | | | | | | | |
| 野菜 | チンゲン菜、ほうれん草、もやし、にんじん | | | | | | | | | | |
| ちくわ | 魚肉、でん粉、砂糖、食塩、植物性たん白、植物油、ぶどう糖、調味料(アミノ酸)、キシロース、加工でんぷん(本品の魚肉には、えび、かにを食べている魚を使用しています) | | | | | | ▲ | ▲ | | | 大豆 |
| ごまドレッシング | 食用植物油(国内製造)、糖類(砂糖、水あめ)、たん白加水分解物、醸造酢、いりごま、ねりごま、食塩、酵母エキス、酵母エキスパウダー/乳化剤、増粘剤(キサンタンガム)、香料、(一部にごまを含む) | | | | | | | | | | ごま |
| 甘酢 | 穀物酢(穀類(小麦、米、コーン)、アルコール、食塩、酒かす)、うすくちしょうゆ(アミノ酸液、食塩、脱脂加工大豆、小麦、果糖ぶどう糖液糖、サッカリンNa、ビタミンB1)、砂糖、塩 | | | ★ | | | | | | | 大豆 |
| こいくちしょうゆ | アミノ酸液、食塩、脱脂加工大豆、小麦、カラメル色素、サッカリンNa、ビタミンB1 | | | ★ | | | | | | | 大豆 |
| 砂糖 | | | | | | | | | | | |
| わかめ(乾) | 湯通し塩蔵わかめ(えび、かにの生息する水域で採取されています。) | | | | | | ▲ | ▲ | | | |
| たまねぎ | | | | | | | | | | | |
| コンソメ | 食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、食用植物油、野菜エキスパウダー(玉ねぎ、人参)、ビーフエキスパウダー、香辛料、香料、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素 | | | | | | | | | | 大豆・牛肉 |
| うすくちしょうゆ | アミノ酸液、食塩、脱脂加工大豆、小麦、果糖ぶどう糖液糖、サッカリンNa、ビタミンB1 | | | ★ | | | | | | | 大豆 |
| 無調整豆乳 | 大豆 | | | | | | | | | | 大豆 |
| 砂糖 | | | | | | | | | | | |
| レモン汁 | レモン(イタリア)/酸味料、香料 | | | | | | | | | | |
| 粉ゼラチン | ゼラチン | | | | | | | | | | ゼラチン |
| お水 | | | | | | | | | | | |

※ 調理の状況により、微量の食塩・料理酒・砂糖・でんぷん(じゃがいも)を使用する場合があります。

●印 そのまま材料として料理に入っているもの

▲印 意図せず微量に混入する可能性があるもの

※原材料の製造、採取、または流通の各段階におけるコンタミネーション

★印 醸造調味料(しょうゆ・みそ・酢など)由来の小麦

※一般的に醸造過程でタンパク質が分解され、発症しにくいとされています

※症状の程度には個人差がありますので、最終的な判断は専門医にご相談ください

令和8年度 もじ少年自然の家 食堂物資配合表

<低アレルギー献立>

※醸造調味料(しょうゆ・みそ・酢など)由来の小麦は★印で表示しています

【ふれあい合宿】

献立名 夕食【 手作りおからハンバーグ 】

令和8年3月作成

| | 食品名 | 主な配合 | アレルギー | | | | | | | | | | | |
|---|--------------------|---|-------|---|----|----|-----|----|----|-----|---------|-----|--------------|----|
| | | | 卵 | 乳 | 小麦 | そば | 落花生 | えび | かに | くるみ | カシューナッツ | その他 | | |
| 手 作 り お か ら ハ ン バ ー グ | 合びきミンチ | 牛肉、豚肉 (※同工場で鶏肉を扱っている) | | | | | | | | | | | 牛肉・豚肉 ▲鶏肉 | |
| | たまねぎ | | | | | | | | | | | | | |
| | おから | 大豆 | | | | | | | | | | | 大豆 | |
| | トマトケチャップ | トマト、果糖ぶどう糖液糖、醸造酢、食塩、玉ねぎ、香辛料 | | | | | | | | | | | | |
| | コーンフレーク | コーングリッツ(国内製造)、砂糖、食塩、乳酸菌粉末、炭酸カルシウム、ビタミンC、ピロリン酸鉄、香料、乳化剤、ナイアシ、酸化防止剤(ビタミンE)、パントテン酸カルシウム、ビタミンB6、ビタミンB1、ビタミンB2、葉酸、ビタミンD、ビタミンB12 (本製品は、小麦、乳成分を含む製品と共通の設備で製造しています。) | | | ▲ | ▲ | | | | | | | | |
| | 塩 | | | | | | | | | | | | | |
| | 砂糖 | | | | | | | | | | | | | |
| | こいくちしょうゆ | アミノ酸液、食塩、脱脂加工大豆、小麦、カラメル色素、サッカリンNa、ビタミンB1 | | | ★ | | | | | | | | | 大豆 |
| | 赤ワイン | 醸造調味料(赤ワイン、アルコール、食塩等)、ぶどう糖、食塩、酸味料、保存料(安息香酸Na、ブチルベン)、香料、ぶどう果皮色素、調味料(アミノ酸等) | | | | | | | | | | | | |
| | おろししょうが | しょうが、食塩、酒精、酸味料、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、増粘剤(キサンタンガム) | | | | | | | | | | | | |
| おろしにんにく | にんにく、食塩、酸味料、pH調整剤 | | | | | | | | | | | | | |
| サラダ油 | 食用大豆油、食用なたね油、シリコーン | | | | | | | | | | | | 大豆 | |
| 照 焼 ソ ー ス | 料理酒 | 米、水あめ、アルコール、食塩、米麹、クエン酸 | | | | | | | | | | | | |
| | みりん風調味料 | 水あめ、米および米麹の醸造調味料、醸造酢、酸味料 | | | | | | | | | | | | |
| | こいくちしょうゆ | アミノ酸液、食塩、脱脂加工大豆、小麦、カラメル色素、サッカリンNa、ビタミンB1 | | | ★ | | | | | | | | 大豆 | |
| | さしみしょうゆ | アミノ酸液、食塩、脱脂加工大豆、小麦、砂糖、カラメル色素、アルコール、グァーガム、グルタミン酸Na、甘草、ビタミンB1 | | | ★ | | | | | | | | 大豆 | |
| | 砂糖 | | | | | | | | | | | | | |
| ポ テ ト | スマイルポテト | じゃがいも、乾燥じゃがいも、植物油脂、ぶどう糖、食塩、でん粉、香辛料、安定剤(ヒドロキシプロピルメチルセルロース、グリセリン脂肪酸エステル) | | | | | | | | | | | | |
| | サラダ油 | 食用大豆油、食用なたね油、シリコーン | | | | | | | | | | | 大豆 | |
| | にんじん | | | | | | | | | | | | | |
| グ ラ ッ セ | コンソメ | 食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、食用植物油脂、野菜エキスパウダー(玉ねぎ、人参)、ビーフエキスパウダー、香辛料、香料、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素 | | | | | | | | | | | 大豆・牛肉 | |
| | 砂糖 | | | | | | | | | | | | | |
| | サラダ油 | 食用大豆油、食用なたね油、シリコーン | | | | | | | | | | | 大豆 | |
| ラ イ ス パ ス タ | ライスパスタ | 精米、玄米 | | | | | | | | | | | | |
| | 野菜 | にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、コーン | | | | | | | | | | | | |
| | 豆乳マヨネーズ | サラダ油(食用大豆油、食用なたね油、シリコーン)、無調整豆乳(大豆)、レモン汁(レモン(イタリア)/酸味料、香料)、砂糖、塩 | | | | | | | | | | | 大豆 | |
| | 甘酢 | 穀物酢(穀類(小麦、米、コーン)、アルコール、食塩、酒かす)、うすくちしょうゆ(アミノ酸液、食塩、脱脂加工大豆、小麦、果糖ぶどう糖液糖、サッカリンNa、ビタミンB1)、砂糖、塩 | | | ★ | | | | | | | | 大豆 | |
| | 味付塩こしょう | 食塩、ブラックペッパー、砂糖、L-グルタミン酸ナトリウム | | | | | | | | | | | | |
| 豆 乳 ス ー プ | 野菜 | たまねぎ、にんじん、しめじ | | | | | | | | | | | | |
| | 鶏肉 | | | | | | | | | | | | 鶏肉 | |
| | カットねぎ | 青ねぎ、次亜塩素酸ナトリウム | | | | | | | | | | | | |
| | 白だし | 食塩、しょうゆ(本醸造)、砂糖、米発酵調味料、かつおぶし、こんぶエキス、しいたけ、かつおエキス、たん白加水分解物、しいたけエキス、調味料(アミノ酸等)、酒精、酸味料、甘味料(甘草)、カラメル色素、香料、(原材料の一部に小麦、大豆、ゼラチンを含む) | | | ★ | | | | | | | | 大豆・ゼラチン | |
| | 合せ味噌 | 大豆、大麦、米、食塩、酒精、調味料(アミノ酸等)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(次亜硫酸Na)、ビタミンB2 | | | | | | | | | | | 大豆・ゼラチン | |
| | 無調整豆乳 | 大豆 | | | | | | | | | | | 大豆 | |
| ご は ん | 白ごま | | | | | | | | | | | | ごま | |
| | 米 | | | | | | | | | | | | | |
| | 強化米 | 白米、食用油脂、でんぷん、砂糖、米ぬかう、ビタミンB1、クエン酸、乳化剤、糊料(アカシア)、ビタミンB2 | | | | | | | | | | | | |
| お 冷 | いちごゼリー | 糖類(砂糖、ぶどう糖)、寒天、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、ビタミンC、香料、紫コーン色素 | | | | | | | | | | | | |
| | 水 | | | | | | | | | | | | | |

※ 調理の状況により、微量の食塩・料理酒・砂糖・でんぷん(じゃがいも)を使用する場合があります。

●印 そのまま材料として料理に入っているもの

▲印 意図せず微量に混入する可能性があるもの

※原材料の製造、採取、または流通の各段階におけるコンタミネーション

★印 醸造調味料(しょうゆ・みそ・酢など)由来の小麦

※一般的に醸造過程でタンパク質が分解され、発症しにくいとされています

※症状の程度には個人差がありますので、最終的な判断は専門医にご相談ください

令和8年度 もじ少年自然の家 食堂物資配合表

<低アレルギー献立>

※醸造調味料(しょうゆ・みそ・酢など)由来の小麦は★印で表示しています

【ふれあい合宿】

献立名 朝食【メンチカツ】

令和8年3月作成

| 食品名 | 主な配合 | アレルギー | | | | | | | | | |
|------------|--|-------|---|----|----|-----|----|----|-----|---------|----------|
| | | 卵 | 乳 | 小麦 | そば | 落花生 | えび | かに | くるみ | カシューナッツ | その他 |
| メンチカツ | (具)鶏肉(国産)、たまねぎ、粒状植物性たん白、豚脂、豚すり身、水溶性食物繊維、食塩、砂糖、小麦不使用しょうゆ、しょうがペースト、香辛料、にんにくペースト、酵母エキス、加工でん粉、炭酸Ca、セルロース、ピロリン酸第二鉄、(衣)粒状植物性たん白、植物油、米粉、加工でん粉、増粘多糖類、揚げ油(なたね油) | | | | | | | | | | 大豆・鶏肉・豚肉 |
| サラダ油 | 食用大豆油、食用なたね油、シリコーン | | | | | | | | | | 大豆 |
| 中濃ソース | 醸造酢、糖類(ぶどう糖液糖、砂糖)、野菜・果実(トマト、たまねぎ、りんご、にんじん)、食塩、香辛料、増粘剤(加工でん粉)、カラメル色素、調味料(アミノ酸等) | | | | | | | | | | りんご |
| もやし | | | | | | | | | | | |
| ほうれん草 | | | | | | | | | | | |
| にんじん | | | | | | | | | | | |
| 味付塩こしょう | 食塩、ブラックペッパー、砂糖、L-グルタミン酸ナトリウム | | | | | | | | | | |
| コンソメ | 食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、食用植物油、野菜エキスパウダー(玉ねぎ、人参)、ビーフエキスパウダー、香辛料、香料、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素 | | | | | | | | | | 大豆・牛肉 |
| サラダ油 | 食用大豆油、食用なたね油、シリコーン | | | | | | | | | | 大豆 |
| れんこんスライス | レンコン、クエン酸、メタリン酸Na、L-アスコルビン酸、次亜硫酸Na | | | | | | | | | | |
| 芽ひじき | ひじき(原材料のひじきは、えび・かにの生息する地域で採取しています。) | | | | | | ▲ | ▲ | | | |
| ミックスベジタブル | とうもろこし、グリーンピース、にんじん | | | | | | | | | | |
| ちくわ | 魚肉、でん粉、砂糖、食塩、植物性たん白、植物油、ぶどう糖、調味料(アミノ酸)、キシロース、加工でんぷん(本品の魚肉には、えび、かにを食べている魚を使用しています) | | | | | | ▲ | ▲ | | | 大豆 |
| 油揚げ | 大豆、植物油、凝固剤、消泡剤(加工助剤) | | | | | | | | | | 大豆 |
| 料理酒 | 米、水あめ、アルコール、食塩、米麹、クエン酸 | | | | | | | | | | |
| みりん風調味料 | 水あめ、米および米麹の醸造調味料、醸造酢、酸味料 | | | | | | | | | | |
| 砂糖 | | | | | | | | | | | |
| こいくちしょうゆ | アミノ酸液、食塩、脱脂加工大豆、小麦、カラメル色素、サッカリンNa、ビタミンB1 | | | ★ | | | | | | | 大豆 |
| サラダ油 | 食用大豆油、食用なたね油、シリコーン | | | | | | | | | | 大豆 |
| 合せ味噌 | 大豆、大麦、米、食塩、酒精、調味料(アミノ酸等)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(次亜硫酸Na)、ビタミンB2 | | | | | | | | | | 大豆・ゼラチン |
| いりこ | かたくちいわし、まいわし、食塩(本製品のかたくちいわしは、エビ、カニが混ざる漁法で捕獲されま | | | | | | ▲ | ▲ | | | |
| こんぶ | | | | | | | | | | | |
| かつお風味だしのもと | 食塩(国内製造)、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) | | | | | | | | | | |
| 豆腐 | 丸大豆、でん粉、安定剤(加工でん粉)、凝固剤(塩化マグネシウム) | | | | | | | | | | 大豆 |
| たまねぎ | | | | | | | | | | | |
| カットねぎ | 青ねぎ、次亜塩素酸ナトリウム | | | | | | | | | | |
| 米 | | | | | | | | | | | |
| 強化米 | 白米、食用油脂、でんぷん、砂糖、米ぬかろう、ビタミンB1、クエン酸、乳化剤、糊料(アカシア)、ビタミンB2 | | | | | | | | | | |
| 水 | | | | | | | | | | | |

※ 調理の状況により、微量の食塩・料理酒・砂糖・でんぷん(じゃがいも)を使用する場合があります。

●印 そのまま材料として料理に入っているもの

▲印 意図せず微量に混入する可能性があるもの

※原材料の製造、採取、または流通の各段階におけるコンタミネーション

★印 醸造調味料(しょうゆ・みそ・酢など)由来の小麦

※一般的に醸造過程でタンパク質が分解され、発症しにくいとされています

※症状の程度には個人差がありますので、最終的な判断は専門医にご相談ください

令和8年度 もじ少年自然の家 食堂物資配合表

<低アレルギー献立>

※醸造調味料(しょうゆ・みそ・酢など)由来の小麦は★印で表示しています

【ふれあい合宿】

献立名 【 弁 当 】

令和8年3月作成

| | 食品名 | 主な配合 | アレルギー | | | | | | | | | | |
|----------|-------------|---|-------|---|----|----|-----|----|----|-----|---------|-----|----------|
| | | | 卵 | 乳 | 小麦 | そば | 落花生 | えび | かに | くるみ | カシューナッツ | その他 | |
| 鶏唐揚げ | 鶏肉 | | | | | | | | | | | | 鶏肉 |
| | 料理酒 | 米、水あめ、アルコール、食塩、米麴、クエン酸 | | | | | | | | | | | |
| | 穀物酢 | 穀類(小麦)、穀類(米)、穀類(コーン)、アルコール、食塩、酒かす | | | ★ | | | | | | | | |
| | おろししょうが | しょうが、食塩、酒精、酸味料、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、増粘剤(キサンタンガム) | | | | | | | | | | | |
| | おろしにんにく | にんにく、食塩、酸味料、pH調整剤 | | | | | | | | | | | |
| | こいくちしょうゆ | アミノ酸液、食塩、脱脂加工大豆、小麦、カラメル色素、サッカリンNa、ビタミンB1 | | | ★ | | | | | | | | 大豆 |
| | 味付塩こしょう | 食塩、ブラックペッパー、砂糖、L-グルタミン酸ナトリウム | | | | | | | | | | | |
| | 片栗粉 | 馬鈴薯でん粉 | | | | | | | | | | | |
| ちくわ | サラダ油 | 食用大豆油、食用なたね油、シリコーン | | | | | | | | | | | 大豆 |
| | ちくわ | 魚肉、でん粉、砂糖、食塩、植物性たん白、植物油、ぶどう糖、調味料(アミノ酸)、キシロース、加工でんぷん(本品の魚肉には、えび、かにを食べている魚を使用しています) | | | | | | ▲ | ▲ | | | | 大豆 |
| | グルテンフリー天ぷら粉 | 米粉(うるち米(九州産)、玄米粉(うるち米(九州産)、とうもろこし粉、でん粉/加工でん粉、膨張、増粘剤(加工でん粉)、乳化剤 | | | | | | | | | | | |
| | 青のり | | | | | | | | | | | | |
| 甘酢肉だんご | サラダ油 | 食用大豆油、食用なたね油、シリコーン | | | | | | | | | | | 大豆 |
| | 肉だんご | 食肉(鶏肉、豚肉)、たまねぎ、豚脂、粒状植物性たん白(大豆を含む)、水溶性食物繊維、食塩、しょうがペースト、砂糖、にんにくペースト、香辛料/加工でん粉、セルロース、炭酸Ca、ピロリン酸第二鉄、揚げ油(なたね油) | | | | | | | | | | | 大豆・鶏肉・豚肉 |
| | 片栗粉 | 馬鈴薯でん粉 | | | | | | | | | | | |
| | サラダ油 | 食用大豆油、食用なたね油、シリコーン | | | | | | | | | | | 大豆 |
| | パプリカ | | | | | | | | | | | | |
| | こいくちしょうゆ | アミノ酸液、食塩、脱脂加工大豆、小麦、カラメル色素、サッカリンNa、ビタミンB1 | | | ★ | | | | | | | | 大豆 |
| | 砂糖 | | | | | | | | | | | | |
| | 穀物酢 | 穀類(小麦)、穀類(米)、穀類(コーン)、アルコール、食塩、酒かす | | | ★ | | | | | | | | |
| 炒めスパ | トマトケチャップ | トマト、果糖ぶどう糖液糖、醸造酢、食塩、玉ねぎ、香辛料 | | | | | | | | | | | |
| | ライスパスタ | 精米、玄米 | | | | | | | | | | | |
| | たまねぎ | | | | | | | | | | | | |
| | コンソメ | 食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、食用植物油脂、野菜エキスパウダー(玉ねぎ、人参)、ビーフエキスパウダー、香辛料、香料、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素 | | | | | | | | | | | 大豆・牛肉 |
| | 味付塩こしょう | 食塩、ブラックペッパー、砂糖、L-グルタミン酸ナトリウム | | | | | | | | | | | |
| | サラダ油 | 食用大豆油、食用なたね油、シリコーン | | | | | | | | | | | 大豆 |
| | ブロッコリー | | | | | | | | | | | | |
| ごぼうのしぐれ煮 | ささがきごぼう | | | | | | | | | | | | |
| | にんじん | | | | | | | | | | | | |
| | 鶏肉 | | | | | | | | | | | | 鶏肉 |
| | 枝豆 | | | | | | | | | | | | 大豆 |
| | 料理酒 | 米、水あめ、アルコール、食塩、米麴、クエン酸 | | | | | | | | | | | |
| | みりん風調味料 | 水あめ、米および米麴の醸造調味料、醸造酢、酸味料 | | | | | | | | | | | |
| | こいくちしょうゆ | アミノ酸液、食塩、脱脂加工大豆、小麦、カラメル色素、サッカリンNa、ビタミンB1 | | | ★ | | | | | | | | 大豆 |
| | 砂糖 | | | | | | | | | | | | |
| | おろししょうが | しょうが、食塩、酒精、酸味料、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、増粘剤(キサンタンガム) | | | | | | | | | | | |
| | サラダ油 | 食用大豆油、食用なたね油、シリコーン | | | | | | | | | | | 大豆 |
| ごはん | 米 | | | | | | | | | | | | |
| | ごま塩 | 黒ゴマ、食塩、デキストリン、でん粉、調味料(アミノ酸等)本商品製造工場では、えび・小麦・卵・乳成分を含む商品を生産しています。 | ▲ | ▲ | ▲ | | | | ▲ | | | | ごま |

※ 調理の状況により、微量の食塩・料理酒・砂糖・でんぷん(じゃがいも)を使用する場合があります。

●印 そのまま材料として料理に入っているもの

▲印 意図せず微量に混入する可能性があるもの

※原材料の製造、採取、または流通の各段階におけるコンタミネーション

★印 醸造調味料(しょうゆ・みそ・酢など)由来の小麦

※一般的に醸造過程でタンパク質が分解され、発症しにくいとされています

※症状の程度には個人差がありますので、最終的な判断は専門医にご相談ください

令和8年度 もじ少年自然の家 食堂物資配合表

<低アレルギー献立>

※醸造調味料(しょうゆ・みそ・酢など)由来の小麦は★印で表示しています

【ふれあい合宿】

献立名 夕食【 チキン南蛮特製タルタル 】

令和8年3月作成

| | 食品名 | 主な配合 | アレルギー | | | | | | | | | | |
|---------|-------------|---|-------|---|----|----|-----|----|----|-----|---------|-------|---------------|
| | | | 卵 | 乳 | 小麦 | そば | 落花生 | えび | かに | くるみ | カシューナッツ | その他 | |
| チキン南蛮 | 鶏むね肉 | 鶏肉 | | | | | | | | | | | 鶏肉 |
| | 料理酒 | 米、水あめ、アルコール、食塩、米麹、クエン酸 | | | | | | | | | | | |
| | 味付け塩こしょう | 食塩、ブラックペッパー、砂糖、L-グルタミン酸ナトリウム | | | | | | | | | | | |
| | サラダ油 | 食用大豆油、食用なたね油、シリコーン | | | | | | | | | | | 大豆 |
| | グルテンフリー天ぷら粉 | 米粉(うるち米(九州産)、玄米粉(うるち米(九州産)、とうもろこし粉、でん粉/加工でん粉、膨張、増粘剤(加工でん粉)、乳化剤 | | | | | | | | | | | |
| | 片栗粉 | 馬鈴薯でん粉 | | | | | | | | | | | |
| | こいちしょうゆ | アミノ酸液、食塩、脱脂加工大豆、小麦、カラメル色素、サッカリンNa、ビタミンB1 | | | ★ | | | | | | | | 大豆 |
| | おろししょうが | しょうが、食塩、酒精、酸味料、酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、増粘剤(キサンタンガム) | | | | | | | | | | | |
| | 穀物酢 | 穀類(小麦)、穀類(米)、穀類(コーン)、アルコール、食塩、酒かす | | | ★ | | | | | | | | |
| | みりん風調味料 | 水あめ、米および米麹の醸造調味料、醸造酢、酸味料 | | | | | | | | | | | |
| 砂糖 | | | | | | | | | | | | | |
| ごま油 | 食用ごま油、食用大豆油 | | | | | | | | | | | 大豆・ごま | |
| たまねぎ | | | | | | | | | | | | | |
| 特製タルタル | ちくわ | 魚肉、でん粉、砂糖、食塩、植物性たん白、植物油、ぶどう糖、調味料(アミノ酸)、キシロース、加工でんぶん(本品の魚肉には、えび、かにを食べている魚を使用しています) | | | | | | | ▲ | ▲ | | | 大豆 |
| | ピクルス | きゅうり、漬け原材料(砂糖、ぶどう糖果糖液糖、醸造酢、食塩、香辛料)、酸味料、増粘剤(キサンタンガム)、香辛料、ウコン色素、ミョウバン、フィチン酸 | | | | | | | | | | | |
| | 豆乳マヨネーズ | サラダ油(食用大豆油、食用なたね油、シリコーン)、無調整豆乳(大豆)、レモン汁(レモン(イタリア)/酸味料、香料)、砂糖、塩 | | | | | | | | | | | 大豆 |
| | 砂糖 | | | | | | | | | | | | |
| | 味付け塩こしょう | 食塩、ブラックペッパー、砂糖、L-グルタミン酸ナトリウム | | | | | | | | | | | |
| 炒め野菜 | パプリカ | | | | | | | | | | | | |
| | もやし | | | | | | | | | | | | |
| | 味付け塩こしょう | 食塩、ブラックペッパー、砂糖、L-グルタミン酸ナトリウム | | | | | | | | | | | |
| 枝豆 | サラダ油 | 食用大豆油、食用なたね油、シリコーン | | | | | | | | | | | 大豆 |
| | さや付き枝豆 | 枝豆、食塩 | | | | | | | | | | | 大豆 |
| 春雨のツナ和え | 中華春雨 | えんどう、緑豆、じゃがいもでん粉 | | | | | | | | | | | |
| | にんじん | | | | | | | | | | | | |
| | キャベツ | | | | | | | | | | | | |
| | いんげん | | | | | | | | | | | | |
| | ツナフレーク | まぐろ、大豆油、野菜スープ、食塩、調味料(アミノ酸等)(一部に大豆を含む) | | | | | | | | | | | 大豆 |
| ポパイスープ | うどんだしの素 | 本醸造しょうゆ、食塩、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、ふし(かつおぶし、さばぶし、崇田かつおぶし、うるめぶし、むろあじぶし)、米発酵調味料、魚醤(魚介類)、こんぶエキス、かつおぶしエキス、かつおエキス、さばエキス、醸造酢、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、アルコール、増粘剤(キサンタン)、(一部に小麦・さば・大豆・魚醤(魚介類)を含む) | | | ★ | | | | | | | | 大豆・さば・魚醤(魚介類) |
| | たまねぎ | | | | | | | | | | | | |
| | にんじん | | | | | | | | | | | | |
| | ほうれん草 | | | | | | | | | | | | |
| ごはん | コンソメ | 食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、食用植物油脂、野菜エキスパウダー(玉ねぎ、人参)、ビーフエキスパウダー、香辛料、香料、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素 | | | | | | | | | | | 大豆・牛肉 |
| | 米 | | | | | | | | | | | | |
| デザート | 強化米 | 白米、食用油脂、でんぶん、砂糖、米ぬかろう、ビタミンB1、クエン酸、乳化剤、糊料(アカシア)、ビタミンB2 | | | | | | | | | | | |
| | 青りんごゼリー | 糖類(砂糖、ぶどう糖)、寒天、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、ビタミンC、香料、クチナシ色素 | | | | | | | | | | | |
| お冷 | 水 | | | | | | | | | | | | |

※ 調理の状況により、微量の食塩・料理酒・砂糖・でんぶん(じゃがいも)を使用する場合があります。

●印 そのまま材料として料理に入っているもの

▲印 意図せず微量に混入する可能性があるもの

※原材料の製造、採取、または流通の各段階におけるコンタミネーション

★印 醸造調味料(しょうゆ・みそ・酢など)由来の小麦

※一般的に醸造過程でタンパク質が分解され、発症しにくいとされています

※症状の程度には個人差がありますので、最終的な判断は専門医にご相談ください

令和8年度 もじ少年自然の家 食堂物資配合表

<低アレルギー献立>

※醸造調味料(しょうゆ・みそ・酢など)由来の小麦は★印で表示しています

【ふれあい合宿】

献立名 朝食【厚揚げと肉だんごのすき焼き風煮】

令和8年3月作成

| | 食品名 | 主な配合 | アレルギー | | | | | | | | | | |
|-----------------|------------|---|-------|---|----|----|-----|----|----|-----|---------|-----|----------|
| | | | 卵 | 乳 | 小麦 | そば | 落花生 | えび | かに | くるみ | カシューナッツ | その他 | |
| 厚揚げと肉だんごのすき焼き風煮 | 厚揚げ | 大豆、食用植物油(キャノーラ油)、豆腐用凝固剤 | | | | | | | | | | | 大豆 |
| | 肉だんご | 食肉(鶏肉、豚肉)、たまねぎ、豚脂、粒状植物性たん白(大豆を含む)、水溶性食物繊維、食塩、しょうがペースト、砂糖、にんにくペースト、香辛料/加工でん粉、セルロース、炭酸Ca、ピロリン酸第二鉄、揚げ油(なたね油) | | | | | | | | | | | 大豆・鶏肉・豚肉 |
| | 糸こんにゃく | こんにゃく粉、水酸化カルシウム | | | | | | | | | | | |
| | ささがきごぼう | | | | | | | | | | | | |
| | 料理酒 | 米、水あめ、アルコール、食塩、米麹、クエン酸 | | | | | | | | | | | |
| | みりん風調味料 | 水あめ、米および米麹の醸造調味料、醸造酢、酸味料 | | | | | | | | | | | |
| | こいくちしょうゆ | アミノ酸液、食塩、脱脂加工大豆、小麦、カラメル色素、サッカリンNa、ビタミンB1 | | | ★ | | | | | | | | 大豆 |
| | さしみしょうゆ | アミノ酸液、食塩、脱脂加工大豆、小麦、砂糖、カラメル色素、アルコール、グアーガム、グルタミン酸Na、甘草、ビタミンB1 | | | ★ | | | | | | | | 大豆 |
| 砂糖 | | | | | | | | | | | | | |
| 塩金平 | れんこんスライス | レンコン、クエン酸、メタリン酸Na、L-アスコルビン酸、次亜硫酸Na | | | | | | | | | | | |
| | 水煮たけのこ | たけのこ、ph調整剤(クエン酸) | | | | | | | | | | | |
| | にんじん | | | | | | | | | | | | |
| | いんげん | | | | | | | | | | | | |
| | 鶏肉 | | | | | | | | | | | | 鶏肉 |
| | 塩 | | | | | | | | | | | | |
| | うすくちしょうゆ | アミノ酸液、食塩、脱脂加工大豆、小麦、果糖ぶどう糖液糖、サッカリンNa、ビタミンB1 | | | ★ | | | | | | | | 大豆 |
| | かつお風味だしのもと | 食塩(国内製造)、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) | | | | | | | | | | | |
| | 白ごま | | | | | | | | | | | | ごま |
| | サラダ油 | 食用大豆油、食用なたね油、シリコーン | | | | | | | | | | | 大豆 |
| みそ汁 | 合せ味噌 | 大豆、大麦、米、食塩、酒精、調味料(アミノ酸等)、甘味料(ステビア、甘草)、漂白剤(次亜硫酸Na)、ビタミンB2 | | | | | | | | | | | 大豆・ゼラチン |
| | いりこ | かたくちいわし、まいわし、食塩(本製品のかたくちいわしは、エビ、カニが混ざる漁法で捕獲されま | | | | | | | ▲ | ▲ | | | |
| | こんぶ | | | | | | | | | | | | |
| | かつお風味だしのもと | 食塩(国内製造)、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) | | | | | | | | | | | |
| | たまねぎ | | | | | | | | | | | | |
| | じゃがいも | | | | | | | | | | | | |
| | カットねぎ | 青ねぎ、次亜塩素酸ナトリウム | | | | | | | | | | | |
| ごはん | 米 | | | | | | | | | | | | |
| | 強化米 | 白米、食用油脂、でんぷん、砂糖、米ぬかろう、ビタミンB1、クエン酸、乳化剤、糊料(アカシア)、ビタミンB2 | | | | | | | | | | | |
| 漬け物 | 桜漬け | 大根、漬け原材料(食塩)、調味料(アミノ酸)、酸味料、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(アスパルテーム、L-フェニルアラニン化合物)、着色料(赤106) | | | | | | | | | | | |
| お冷 | 水 | | | | | | | | | | | | |

※ 調理の状況により、微量の食塩・料理酒・砂糖・でんぷん(じゃがいも)を使用する場合があります。

●印 そのまま材料として料理に入っているもの

▲印 意図せず微量に混入する可能性があるもの

※原材料の製造、採取、または流通の各段階におけるコンタミネーション

★印 醸造調味料(しょうゆ・みそ・酢など)由来の小麦

※一般的に醸造過程でタンパク質が分解され、発症しにくいとされています

※症状の程度には個人差がありますので、最終的な判断は専門医にご相談ください

令和8年度 もじ少年自然の家 食堂物資配合表

<低アレルギー献立>

※醸造調味料(しょうゆ・みそ・酢など)由来の小麦は★印で表示しています

【ふれあい合宿】

【 その他 】

令和8年3月作成

| 食品名 | 主な配合 | アレルギー | | | | | | | | | | |
|---------------------|---|-------|---|----|----|-----|----|----|-----|---------|-----|-----|
| | | 卵 | 乳 | 小麦 | そば | 落花生 | えび | かに | くるみ | カシューナッツ | その他 | |
| アップルジュース | 果実(りんご、アセロラ)、酸味料 | | | | | | | | | | | りんご |
| お〜いお茶 (ペットボトル) | 緑茶・ビタミンC | | | | | | | | | | | |
| 麦茶 (ペットボトル) | 大麦、飲用海洋深層水、麦芽、ビタミンC | | | | | | | | | | | |
| アクエリアス (ペットボトル) | 果糖ぶどう糖液糖、塩化Na/クエン酸、香料、クエン酸Na、アルギニン、塩化K、硫酸Mg、乳酸Ca、酸化防止剤(ビタミンC)、甘味料(スクラロース)、イソロイシン、バリン、ロイシン | | | | | | | | | | | |
| いろはす(水) (ペットボトル) | 水(鉱水) | | | | | | | | | | | |

●印 そのまま材料として料理に入っているもの

▲印 意図せず微量に混入する可能性があるもの

※原材料の製造、採取、または流通の各段階におけるコンタミネーション

★印 醸造調味料(しょうゆ・みそ・酢など)由来の小麦

※一般的に醸造過程でタンパク質が分解され、発症しにくいとされています

※症状の程度には個人差がありますので、最終的な判断は専門医にご相談ください