

信太山青少年野外活動センター 2024年春夏メニュー(月・木曜日)

	食材名	アレルギー							
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他	
夕食 (ロースとんかつ)	ロースとんかつ		○	○			○	豚肉	
	キャノーラ油								
	添え	きやべつ							
	スパソテー	スパゲティ			○				
		キャノーラ油							
		ケチャップ							
		しお							
		こしょう							
	竹輪天ぷら	ちくわ						○	
		こむぎ粉			○				
		キャノーラ油							
	ポイル野菜	にんじん							
		とりがらスープ							鶏肉
		ブロッコリー							
	ひじき煮	ひじき							
		にんじん							
		えだまめ						○	
		キャノーラ油							
		かつおだし顆粒							
		さとう							
りょうり酒									
濃口しょうゆ				○			○		
フライドポテト	シューestringポテト								
	キャノーラ油								
	しお								
デザート	みかん缶								
味噌汁	あぶらあげ						○		
	青ねぎ								
	かつおだし顆粒								
	だし入りみそ						○		
ご飯	米								
ふりかけ	【個包装】かつおふりかけ	○	○	○			○	ごま・鶏肉	
ドレッシング (セルフコーナー)	青しそドレッシング			○			○		
	赤ドレッシング						○		

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルギー表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある21品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2024年春夏メニュー(火・土曜日)

	食材名	アレルゲン							
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他	
和風卸 ハンバーグ	焼ハンバーグ			○			○	豚肉・鶏肉	
	キャノーラ油								
	だいこん								
	さとう								
	濃口しょうゆ			○			○		
	りょうり酒								
	みりん風								
	しょうが								
	ブイヨン								
	かたくり粉								
	添え	きゃべつ							
	スパゲティ	スパゲティ			○				
キャノーラ油									
ケチャップ									
しお									
こしょう									
鶏の唐揚げ	とりにく							鶏肉	
	しお								
	こしょう								
	濃口しょうゆ			○			○		
	りょうり酒								
	しょうが								
	にんにく								
	かたくり粉								
	キャノーラ油								
	南瓜サラダ	かぼちゃ							
ミックスベジタブル									
★卵不使用マヨネーズ									
しお									
こしょう									
こんにやく キンピラ	こんにやく								
	ミックスピーマン								
	キャノーラ油								
	かつおだし顆粒								
	さとう								
	濃口しょうゆ			○			○		
	みりん風								
	デザート	みかん缶							
味噌汁	あぶらあげ						○		
	青ねぎ								
	かつおだし顆粒								
	だし入りみそ						○		
フライドポテト	シューティングポテト								
	キャノーラ油								
	しお								
ご飯	米								
ふりかけ	【個包装】かつおふりかけ	○	○	○			○	ごま・鶏肉	
ドレッシング (セルフコーナー)	青しそドレッシング			○			○		
	赤ドレッシング						○		

夕食（和風卸ハンバーグ&から揚げ）

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある21品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2024年春夏メニュー(水・日曜日)

	食材名	アレルギー							その他
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆		
夕食 (豚肉の生姜焼き)	豚肉の 生姜炒め	ぶたにく							豚肉
		たまねぎ							
		りょうり酒							
		しお							
		こしょう							
		キャノーラ油							
		しょうが							
		濃口しょうゆ			○			○	
		みりん風							
		かたくり粉							
		添え	きゃべつ						
	スパソテー	スパゲティ			○				
		キャノーラ油							
ケチャップ									
しお									
こしょう									
春巻	春巻			○			○	鶏肉・ごま	
	キャノーラ油								
にんじん しりしり	にんじん								
	いんげん								
	あぶらあげ						○		
	かつおだし顆粒								
	ごま油						○	ごま	
ナスの揚げ浸し	キャノーラ油								
	なす乱切り						○		
	かつおだし顆粒								
	濃口しょうゆ			○			○		
フライドポテト	みりん風								
	シュースtringポテト								
	キャノーラ油								
デザート	しお								
	みかん缶								
	あぶらあげ						○		
味噌汁	青ねぎ								
	かつおだし顆粒								
	だし入りみそ						○		
	米								
ご飯	米								
ふりかけ	【個包装】かつおふりかけ	○	○	○			○	ごま・鶏肉	
ドレッシング (セルフコーナー)	青しそドレッシング			○			○		
	赤ドレッシング						○		

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルギー表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある21品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2024年春夏メニュー(金曜日)

	食材名	アレルゲン						
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他
照り焼き チキン	とりにく							鶏肉
	しお							
	こしょう							
	キャノーラ油							
	たまねぎ							
	濃口しょうゆ			○			○	
	みりん風							
	りょうり酒							
	かたくり粉							
	添え	きゃべつ						
竹輪カレー 風味揚げ	ちくわ						○	
	こむぎ粉			○				
	カレー粉							
	キャノーラ油							
ツナピーマン	ミックスピーマン							
	たまねぎ							
	ツナ缶						○	
	しお							
	こしょう							
	とりがらスープ							鶏肉
	ごま油						○	ごま
スパソテー	スパゲティ			○				
	キャノーラ油							
	ケチャップ							
	しお							
	こしょう							
ひじき煮	ひじき							
	にんじん							
	えだまめ						○	
	キャノーラ油							
	かつおだし顆粒							
	さとう							
	りょうり酒							
	濃口しょうゆ			○			○	
フライドポテト	シュースtringポテト							
	キャノーラ油							
	しお							
デザート	みかん缶							
味噌汁	あぶらあげ						○	
	青ねぎ							
	かつおだし顆粒							
	だし入りみそ						○	
ご飯	米							
ふりかけ	【個包装】かつおふりかけ	○	○	○		○	ごま・鶏肉	
ドレッシング (セルフコーナー)	青しそドレッシング			○			○	
	赤ドレッシング						○	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある21品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2024年春夏メニュー(予備日)

	食材名	アレルゲン							
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他	
夕食 (ポークチャップ)	ポークチャップ	ぶたにく							豚肉
		しお							
		こしょう							
		キャノーラ油							
		ケチャップ							
		ウスターソース						○	りんご
		濃口しょうゆ			○			○	
		りょうり酒							
		添え	きやべつ						
コロッケ	ミートコロッケ		○	○			○	牛肉	
	キャノーラ油								
ポイル野菜	にんじん								
	とりがらスープ							鶏肉	
	さやいんげん								
スパソテー	スパゲティ			○					
	キャノーラ油								
	カレー粉								
	しお								
	こしょう								
ひじき煮	ひじき								
	にんじん								
	えだまめ						○		
	キャノーラ油								
	かつおだし顆粒								
	さとう								
	りょうり酒								
	濃口しょうゆ			○			○		
フライドポテト	シューティングポテト								
	キャノーラ油								
	しお								
デザート	みかん缶								
味噌汁	あぶらあげ						○		
	青ねぎ								
	かつおだし顆粒								
	だし入りみそ						○		
ご飯	米								
ふりかけ	【個包装】かつおふりかけ	○	○	○			○	ごま・鶏肉	
ドレッシング (セルフコーナー)	青しそドレッシング			○			○		
	赤ドレッシング						○		

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある21品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2024年春夏メニュー(月・木曜日宿泊)

		アレルギー							その他
		食材名	卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	
朝食 (サケの塩焼き)	サケの塩焼	さけ							サケ
		しお							
		キャノーラ油							
	おひたし	こまつな							
		さとう							
		濃口しょうゆ			○			○	
	きりぼし 大根煮	きりぼし大根							
		にんじん							
		あぶらあげ						○	
		かつおだし顆粒							
		さとう							
		みりん風							
		濃口しょうゆ			○			○	
	じゃが芋素揚げ	じゃがいも							
		キャノーラ油							
	ウインナー	赤ウインナー	○	○				○	鶏肉・豚肉・牛肉・ゼラチン
	味噌汁	ふ			○				
		青ねぎ							
		わかめ							
		かつおだし顆粒							
		だし入りみそ						○	
ご飯	米								
デザート	パイン缶								
ふりかけ	【個包装】しそふりかけ		○	○			○	ごま	
ドレッシング (セルフコーナー)	青しそドレッシング			○			○		
	赤ドレッシング						○		
ジュース	オレンジジュース							オレンジ	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルギー表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある21品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2024年春夏メニュー(火・日曜日宿泊)

	食材名	アレルゲン							
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他	
朝食 (コロッケ&ウインナー)	コロッケ	ミートコロッケ		○	○			○	牛肉
		キャノーラ油							
	添え	きゃべつ							
	ウインナー	ポークウインナー							牛肉・豚肉
		ケチャップ							
	ソテー	菜の花							
		コーン							
		にんじん							
		キャノーラ油							
		しお							
		こしょう							
	スパソテー	スパゲティ			○				
		キャノーラ油							
		ケチャップ							
		しお							
		こしょう							
	味噌汁	ふ			○				
		青ねぎ							
		わかめ							
		かつおだし顆粒							
だし入りみそ							○		
ご飯	米								
デザート	パイ缶								
ふりかけ	【個包装】しそふりかけ		○	○			○	ごま	
ドレッシング (セルフコーナー)	青しそドレッシング			○			○		
	赤ドレッシング						○		
ジュース	オレンジジュース							オレンジ	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある21品目のみとなっております

		アレルギー							
		食材名	卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他
朝食 (豆腐つくね)	豆腐つくね	豆腐つくね						○	鶏肉・豚肉
		濃口しょうゆ			○			○	
		みりん風							
		さとう							
		かたくり粉							
	ポイルやさい	にんじん							
		とりがらスープ							鶏肉
		いんげん							
	ホタテ風味フライ	ホタテ風味フライ	○		○			○	かに
		キャノーラ油							
	おひたし	こまつな							
		さとう							
		濃口しょうゆ			○			○	
	キンピラ	ごぼう							
		にんじん							
		キャノーラ油							
かつおだし顆粒									
さとう									
濃口しょうゆ				○			○		
みりん風									
味噌汁	ふ			○					
	青ねぎ								
	わかめ								
	かつおだし顆粒								
	だし入りみそ						○		
ご飯	米								
デザート	パイン缶								
ふりかけ	【個包装】しそふりかけ		○	○			○	ごま	
ドレッシング (セルフコーナー)	青しそドレッシング			○			○		
	赤ドレッシング						○		
ジュース	オレンジジュース							オレンジ	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルギー表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある21品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2024年春夏メニュー(金曜日宿泊)

	食材名	アレルゲン							
		卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他	
朝食 (ミートボール)	ミートボール	ミートボール		○	○			○	鶏肉
		キャノーラ油							
		濃口しょうゆ			○			○	
		みりん風							
		さとう							
		かたくり粉							
	添え	きゃべつ							
	ウインナー	ポークウインナー							豚肉・牛肉
	じゃが芋素揚げ	じゃがいも							
		キャノーラ油							
	おひたし	こまつな							
		さとう							
		濃口しょうゆ			○			○	
	こんにやく キンピラ	こんにやく							
		ミックスピーマン							
キャノーラ油									
かつおだし顆粒									
さとう									
みりん風									
濃口しょうゆ				○			○		
味噌汁	ふ			○					
	青ねぎ								
	わかめ								
	かつおだし顆粒								
	だし入りみそ						○		
ご飯	米								
デザート	パイン缶								
ふりかけ	【個包装】しそふりかけ		○	○			○	ごま	
ドレッシング (セルフコーナー)	青しそドレッシング			○			○		
	赤ドレッシング						○		
ジュース	オレンジジュース							オレンジ	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある21品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2024年春夏メニュー(予備日)

		アレルゲン							
		食材名	卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他
朝食 (サバの煮つけ)	さばの煮つけ	さば							サバ
		さとう							
		りょうり酒							
		濃口しょうゆ			○			○	
		しょうが							
	ウインナー	赤ウインナー	○	○				○	鶏肉・牛肉・豚肉・ゼラチン
	コロッケ	カレーコロッケ		○	○			○	
		キャノーラ油							
	キンピラ ごぼう	ごぼう							
		にんじん							
		キャノーラ油							
		かつおだし顆粒							
		さとう							
		濃口しょうゆ			○			○	
		みりん風							
	おひたし	こまつな							
		さとう							
		濃口しょうゆ			○			○	
	味噌汁	ふ			○				
		青ねぎ							
わかめ									
かつおだし顆粒									
だし入りみそ							○		
ご飯	米								
デザート	パイン缶								
ふりかけ	【個包装】しそふりかけ		○	○			○	ごま	
ドレッシング (セルフコーナー)	青しそドレッシング			○			○		
	赤ドレッシング						○		
ジュース	オレンジジュース							オレンジ	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある21品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2024年春夏メニュー(月・木曜日宿泊)

昼食 (牛ごぼ井 &ハイカラうどん)	アレルギー								
	食材名	卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他	
牛ごぼ井	米								
	ぎゅうにく							牛肉	
	たまねぎ								
	ごぼう								
	にんじん								
	かつおだし顆粒								
	さとう								
	りょうり酒								
	濃口しょうゆ			○			○		
	かたくり粉								
	紅ショウガ								
	ハイカラうどん	うどん			○				
		うどんだし			○			○	
天かす				○					
わかめ									
花ふ				○					
デザート	ミニゼリー							りんご・オレンジ	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルギー表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある21品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2024年春夏メニュー(火・土曜日宿泊)

昼食 (そぼろあんかけ丼 & きざみうどん)	アレルギー							
	食材名	卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他
そぼろあんかけ丼	米							
	あらびき高野豆腐						○	
	鶏ひき肉							鶏肉
	たまねぎ							
	にんじん							
	干しいたけ							
	りょうり酒							
	さとう							
	濃口しょうゆ			○			○	
	しょうが							
	かつおだし顆粒							
	かたくり粉							
	グリーンピース							
	きざみうどん	うどん			○			
うどんだし				○			○	
あぶらあげ							○	
青ねぎ								
花ふ				○				
デザート	ミニゼリー							りんご・オレンジ

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルギー表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある21品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2024年春夏メニュー(水・日曜日宿泊)

		アレルゲン							
		食材名	卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他
昼食 (鶏ちゃん丼&きつねうどん)	鶏ちゃん丼	米							
		とりにく							鶏肉
		でんがくみそ			○			○	ごま
		りょうり酒							
		にんにく							
		キャノーラ油							
		きゃべつ							
		たまねぎ							
		にんじん							
		ミックスピーマン							
		しお							
		こしょう							
		きつねうどん	うどん			○			
	うどんだし				○			○	
	味付けいなりあげ				○			○	
青ねぎ									
花ふ				○					
デザート	ミニゼリー							りんご・オレンジ	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルゲン表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある21品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2024年春夏メニュー(金曜日宿泊)

		アレルギー							
		食材名	卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他
昼食 (旨だれ豚丼 &わかめうどん)	旨だれ豚丼	米							
		ぶたにく							豚肉
		たまねぎ							
		にんじん							
		ピーマンミックス							
		濃口しょうゆ			○			○	
		みそ						○	
		りょうり酒							
		さとう							
		豆板醤						○	
		にんにく							
		しょうが							
		キャノーラ油							
		紅しょうが							
		わかめうどん	うどん			○			
	うどんだし				○			○	
	わかめ								
	青ねぎ								
	花ふ				○				
	デザート	ミニゼリー							りんご・オレンジ

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルギー表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある21品目のみとなっております

信太山青少年野外活動センター 2024年春夏メニュー(予備日)

昼食 (甘辛豚丼 & おろしうどん)	アレルギー								
	食材名	卵	乳	小麦	そば	落花生	大豆	その他	
甘辛豚丼	米								
	ぶたにく							豚肉	
	たまねぎ								
	もやし								
	ピーマンミックス								
	みそ						○		
	しょうが								
	にんにく								
	さとう								
	りょうり酒								
	濃口しょうゆ			○			○		
	キャノーラ油								
	おろしうどん	うどん			○				
		うどんだし			○			○	
だいこん									
わかめ									
天かす				○					
デザート	ミニゼリー							りんご・オレンジ	

※季節・仕入の都合により、内容が変わる場合がございます。

※アレルギー表記は表示義務のある7品目と表示奨励のある21品目のみとなっております