



# 同志社小学校給食メニュー【2025年 6月分】

## 給食目標 よくかんでたべよう

6月4日～10日は

「歯と口の健康週間」です。

じょうぶな歯で、しっかりかむことは健康な生活をするためにとても大切です。



### よくかむためポイント！

●歯ごたえのある食材  
(かたい、繊維が多い、弾力があるなど)を選ぶ



●食材は大きめに切る



●ひと口ごとに箸を置く



●ながら食いをしない  
(スマホやテレビなどを見ない)



●水分で流し込まない



●ひと口の量を  
少なくする  
(口いっぱいに入れない)



### 無限カラフルピーマン

6/5

昨年度のエコ料理クラブが、みなさんの苦手なピーマンを克服するために考えた、無限ピーマンが、いどりよく”無限カラフルピーマン”になりました。ピーマンが苦手な人も挑戦してみましょう。



### 北海道 特集

6/25～27

6年生の修学旅行に合わせて、北海道の食を味わいましょう。



### ワールドメニュー

～ フィリピン 6/18 ～

西太平洋に位置する東南アジアの国で、7000以上の島で構成されています。同志社小学校とつながりのあるミンダナオ島は、2番目に大きな島です。島ごとに言葉や文化が少し違っています。赤道に近い国なので、四季が無く、一年中暑い国です。

◆エスカベッセ

魚をからあげにして、甘酢あんかけにした料理です。

◆シニガン

肉や魚を煮込んで作るトマト味の少しすっぱいスープ。フィリピンのおふくろの味ともいわれています。

◆バナナ

熱帯地域を中心に栽培されています。料理の食材に使う国もあります。

月日	6月2日(月)	6月3日(火)	6月4日(水)	6月5日(木)	6月6日(金)
メニュー	(黄) 御飯 (赤) 牛乳 ① 鶏肉と大根の旨煮 ② 豆腐とわかめの味噌汁 ③ グレープフルーツ	(黄) 丸ロールパン● (赤) 牛乳 ① きのこと豚ひき肉のデミシチュー ② 6種野菜のさっぱりサラダ ③ アセロラゼリー★	(黄) 御飯 (赤) 牛乳 ふりかけ瀬戸風味● ① ホッケのトマトソース ② コーンポタージュ ③ カムカムサラダ	(黄) 御飯 (赤) ジョア・プレーン● ① 牛丼 ② 大根の味噌汁 ③ 無限カラフルピーマン	(黄) 御飯 (赤) 牛乳 ① チキン ケチャップ煮 ② コーンサラダ ③ グレープゼリー★
主な材料	① (赤) 鶏肉 (黄) さつまいも 砂糖 なたね油 (緑) だいこん にんじん 白ねぎ ごぼう いんげん しいたけ (調) 昆布だし● 醤油● 味醂 ② (赤) 豆腐 わかめ 味噌● (緑) ほうれん草 ねぎ (調) 昆布だし● ③ グレープフルーツ	① (赤) 豚肉 (黄) じゃがいも 砂糖 片栗粉 なたね油 (緑) 玉ねぎ にんじん ブロッコリー カリフラワー マッシュルーム しめじ えのき (調) デミグラスソース● 昆布だし● ② (黄) 砂糖 オリーブ油 (緑) キャベツ きゅうり 玉ねぎ いんげん みず菜 こまつ菜 (調) 昆布だし● レモン果汁★ 酢 塩 ③ アセロラゼリー★	① (赤) ホッケ (黄) 砂糖 片栗粉 (緑) キャベツ ほうれん草 (調) トマトソース● 昆布だし● 塩 ② (黄) マッシュドポテト★ とうもろこし 砂糖 (緑) 玉ねぎ (調) 昆布だし● 塩 胡椒 ③ (黄) ごま油 ごま 砂糖 (緑) ごぼう にんじん 切干大根 きゅうり (調) 昆布だし● 醤油● 酢 塩	① (赤) 牛肉 油揚げ (黄) 糸こんにやく 砂糖 なたね油 (緑) 玉ねぎ ほうれん草 小松菜 長ねぎ 紅しょうが★ (調) 昆布だし● 醤油● 味醂 ② (赤) 豆腐 味噌● (緑) 大根 ほうれん草 にんじん ねぎ (調) 昆布だし● ③ (黄) 砂糖 ごま油 ごま (緑) 三色ピーマンスライス (赤) ツナフレーク★ (調) 昆布だし● 中華スープ●	① (赤) 鶏肉 (黄) じゃがいも 片栗粉 砂糖 (緑) 黄緑赤ピーマン マッシュルーム 玉ねぎ (調) ケチャップ ウスターソース● 昆布だし● ② (黄) とうもろこし 砂糖 (緑) キャベツ ほうれん草 玉ねぎ にんじん (調) ノンエッグマヨネーズ● (調) 塩 胡椒 昆布だし 酢 ③ グレープゼリー★
アレルギー原因物質	小麦① 大豆①②	小麦① 大豆①	小麦③ 大豆①③ ふりかけ瀬戸風味(小麦、卵、大豆、ごま)	小麦① 大豆①②③	大豆①
月日	6月9日(月)	6月10日(火)	6月11日(水)	6月12日(木)	6月13日(金)
メニュー	(黄) 御飯 (赤) 牛乳 ① 鶏の甘酢がらめ ② ニラと油揚げの味噌汁 ③ 海藻と野菜の和え物	(黄) 麦御飯 (赤) ジョア・ブルーベリー● ① ポークカレー ② トマト風味のスープ ③ ミニくず饅頭イチゴあん★	(黄) 御飯 (赤) 牛乳 ① タコライス ② 揚げ茄子とズッキーニのスープ ③ さつま芋のサラダ	(黄) 御飯 (赤) 牛乳 ① ごま風味の肉じゃが ② 根菜の味噌汁 ③ らっきょうと野菜の和え物	(黄) 麦御飯 ゆかり● (赤) 牛乳 ① 鯖の塩焼き ② 茄子の味噌汁 ③ キャベツとオクラ・モロヘイヤの和え物
主な材料	① (赤) 鶏肉 (黄) 砂糖 片栗粉 なたね油 (緑) 玉ねぎ にんじん パプリカ きくらげ (調) 昆布だし● 醤油● 味醂 酢 ② (赤) 油揚げ 味噌● (緑) にら ほうれん草 ねぎ (調) 昆布だし● ③ (赤) 海藻サラダ★ (黄) ごま油 ごま 砂糖 (緑) もやし キャベツ きゅうり (調) 昆布だし● 醤油● 酢 塩	① (赤) 豚肉 (黄) じゃがいも 片栗粉 砂糖 (緑) 玉ねぎ にんじん セロリ 黄緑赤ピーマン (調) ケチャップ カレーウ● ウスターソース● 昆布だし● ② (黄) 砂糖 (緑) 玉ねぎ にんじん セロリ だいこん トマト バジル (調) チキンコンソメ● 塩 胡椒 ③ ミニくず餅いちごあん★	① (赤) 豚肉 (黄) とうもろこし オリーブ油 片栗粉 砂糖 (緑) 玉ねぎ にんじん セロリ 黄緑赤ピーマン マッシュルーム トマト にんにく バジル (調) ミートソース●ケチャップ● ウスターソース● 昆布だし● 塩 胡椒 ② (黄) 砂糖 オリーブ油 (緑) なす ズッキーニ キャベツ にんじん (調) チキンコンソメ● 塩 ③ (黄) 砂糖 (緑) さつまいも 玉ねぎ (調) ノンエッグマヨネーズ● 昆布だし● 酢 塩	① (赤) 豚肉 (黄) じゃがいも 糸こんにやく 砂糖 ごま ごま油 (緑) 玉ねぎ にんじん いんげん (調) 昆布だし● 醤油● みりん ② (赤) 味噌● (緑) だいこん ほうれん草 ごぼう にんじん ねぎ (調) 昆布だし● ③ (黄) 砂糖 (緑) キャベツ ほうれん草 にんじん らっきょう★ きゅうり (調) 昆布だし● 醤油● 味醂	① (赤) さば (黄) 砂糖 (緑) キャベツ 玉ねぎ しめじ パプリカ にんじん しょうが にんにく (調) 昆布だし● 醤油● ② (赤) 豆腐 味噌● (緑) なす 玉ねぎ こまつ菜 ねぎ (調) 昆布だし● ③ (黄) 砂糖 (緑) モロヘイヤとオクラ★ キャベツ みず菜 (調) 昆布だし● 醤油● 味醂
アレルギー原因物質	小麦①③ 大豆①②③	小麦①② 大豆①②③ 乳②③	小麦①② 乳② 大豆①②	小麦①③ 大豆①②③	小麦①③ 大豆①②③

# 同志社小学校給食メニュー【2025年 6月27日まで】

月日	6月16日(月)	6月17日(火)	6月18日(水) ワールドメニュー フィリピン	6月19日(木)	6月20日(金)
<b>メニュー</b>	(黄)御飯 (赤)牛乳 ① 鶏の生姜煮 ② 玉ねぎと油揚げの澄まし汁 ③ 金平ごぼう	(黄)御飯 (赤)牛乳 ① 八宝菜 ② ほうれん草と小松菜の胡麻風味 ③ オレンジ	(黄)御飯 (赤)牛乳 ① かれのいのエスカベッシュ ② シニガン ③ バナナ	(黄)御飯 (赤)牛乳 ① マーボーなす豆腐丼 ② 白葱のスープ ③ 春雨サラダ	(黄)黒糖ロールパン● (赤)野菜ジュース★(アップル&キャロット) ① ポークビーンズ ② キャベツのコンソメスープ ③ あじわいプリン★
<b>主な材料</b>	① (赤)鶏肉 油揚げ (黄)砂糖 (緑)だいこん れんこん 枝豆 しめじ しょうが (調)昆布だし● 醤油● 味醂 ② (赤)豆腐 油揚げ かつお節 こんぶ (緑)玉ねぎ ねぎ (調)醤油● 味醂 塩 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">かつお節とこんぶの だしを味わう日</div> ③ (黄)砂糖 ごま ごま油 (緑)ごぼう にんじん (調)昆布だし● 醤油● 味醂	① (赤)豚肉 (黄)片栗粉 砂糖 ごま油 (緑)はくさい 玉ねぎ にんじん パプリカ きくらげ しいたけ 生姜 (調)中華スープ● 昆布だし● 醤油● 味醂 ② (赤)ロースハム★ (黄)とうもろこし 砂糖 ごま油 (緑)キャベツ ほうれん草 こまつ菜 (調)昆布だし● 醤油● 酢 塩 ③ オレンジ	① 鰯から揚げ★ (黄)なたね油 片栗粉 砂糖 (緑)キャベツ こまつ菜 玉ねぎ パプリカ (調)ケチャップ 昆布だし● 醤油● 味醂 酢 ② (赤)豚肉 (黄)砂糖 オリーブ油 (緑)トマト オクラ 玉ねぎ なす いんげん にんにく (調)昆布だし● 醤油● 酢 塩 胡椒 ③ (緑)バナナ	① (赤)豆腐 豚肉 (黄)片栗粉 ごま油 (緑)玉ねぎ なす 黄緑赤ピーマン 白ねぎ しいたけ にんにく しょうが (調)麻婆豆腐の素● 昆布だし● 醤油● 味醂 酢 ② (緑)白ねぎ 玉ねぎ だいこん にんじん みず菜 (調)中華スープ● 醤油● 塩 ③ 春雨サラダ★ (黄)砂糖 (緑)キャベツ きゅうり (調)醤油● 塩	① (赤)豚肉 大豆 (黄)片栗粉 砂糖 なたね油 (緑)玉ねぎ にんじん じゃがいも いんげん 黄緑赤ピーマン トマト にんにく (調)トマトソース● ケチャップ ウスターソース● 昆布だし● ② (緑)キャベツ ほうれん草 えのき (調)チキンコンソメ● 塩 胡椒 ③ あじわいプリン★
アレルギー 原因物質 8品目と大豆	小麦①②③ 大豆①②③	小麦①② 卵② 乳② 大豆①②	小麦①② 卵① 乳① 大豆①②	小麦①②③ 大豆①②③	小麦② 乳② 大豆①②③

月日	6月23日(月)	6月24日(火)	6月25日(水)	6月26日(木)	6月27日(金)
<b>メニュー</b>	(黄)御飯 (赤)牛乳 ① 鶏肉の白味噌ソース ② オクラの澄まし汁 ③ れんこんと人参のきんぴら	(黄)御飯 (赤)牛乳 ① ホイコーロー丼 ② えのきとしめじの味噌汁 ③ 糸こんにゃくの炒め煮	(黄)ロールパン● (赤)野菜ジュース★(白ぶどう&ほうれん草) ① ナポリタンスパゲッティ ② 豆乳コーンポタージュ ③ 北海道産牛乳プリン★	(黄)御飯 (赤)牛乳 ① ザンギ(北海道鶏唐揚げ) ② 三平汁 ③ ブロッコリーとコーンのツナマヨ	(黄)御飯 (赤)牛乳 ① 豚丼 ② かぼちゃの豆乳味噌汁 ③ 塩昆布バターポテト
<b>主な材料</b>	① (赤)鶏肉 白味噌● (黄)片栗粉 砂糖 (緑)キャベツ 白菜 玉ねぎ 白ねぎ しいたけ (調)昆布だし● 醤油● 味醂 塩 ② (緑)オクラ 玉ねぎ 水菜 (調)昆布だし● 醤油● 塩 ③ (黄)砂糖 なたね油 (緑)ごぼう れんこん にんじん (調)昆布だし● 醤油● 味醂	① (赤)豚肉 八丁味噌● (黄)白ごま なたね油 砂糖 片栗粉 (緑)玉ねぎ キャベツ にんにく しょうが パプリカ 白ねぎ (調)昆布だし● 味醂 ② (赤)味噌● (緑)玉ねぎ えのき にんじん しめじ ねぎ (調)昆布だし● ③ (黄)こんにゃく ごま油 ごま 砂糖 (緑)パプリカ ごぼう 玉ねぎ にんじん にんにく (調)中華スープ● 醤油 味醂	① (赤)ロースハム★ (黄)スパゲッティ 砂糖 オリーブ油 (緑)ズッキーニ 赤黄ピーマン なす 玉ねぎ トマト (調)ナポリタンスソース★ ケチャップ 昆布だし● 塩 胡椒 ② (赤)豆乳 (黄)マッシュドポテト★ とうもろこし 砂糖 (緑)玉ねぎ (調)チキンコンソメ● 塩 胡椒 ③ 北海道産ミルクプリン★	① ザンギ★ (黄)なたね油 砂糖 (緑)キャベツ チンゲン菜 しめじ 玉ねぎ パプリカ (調)昆布だし● 醤油● ② (赤)鮭 (黄)こんにゃく 砂糖 (緑)だいこん にんじん こまつ菜 ねぎ しょうが (調)昆布だし● 醤油● 味醂 塩 ③ (赤)ツナフレーク★ (黄)砂糖 (緑)とうもろこし ブロッコリー (調)ノンエッグマヨネーズ● 昆布だし● 醤油● 酢 塩 胡椒	① (赤)豚肉 油揚げ (黄)こんにゃく なたね油 片栗粉 砂糖 (緑)玉ねぎ キャベツ ほうれん草 黄赤パプリカ 紅しょうが★ にんじん 枝豆 きくらげ しょうが (調)昆布だし● 醤油● 味醂 ② (赤)油揚げ 豆乳 味噌● (緑)かぼちゃ しめじ ねぎ (調)昆布だし● ③ (赤)塩昆布★ バター (黄)じゃがいも 砂糖 (調)昆布だし● 塩
アレルギー 原因物質 8品目と大豆	小麦①②③ 大豆①②③	小麦③ 大豆①②③	小麦①② 卵① 乳①②③ 大豆①②	小麦①②③ 卵① 乳① 大豆①②③	小麦①③ 乳③ 大豆①②③

6年生と一緒に北海道旅行気分を給食で味わいましょう！

6月	製品名	アレルギー表示(該当項目●) コンタミネーション(製造過程で特定原材料の混入の可能性のあるもの)=△																											
		表示義務のある8品目								表示が勧められている20品目																			
		えび	かに	小麦	そば	卵	乳	花生	くるみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	ルウ	牛肉	ごま	さけ	さば	豚肉	大豆	バナナ	鶏肉	アマ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	ドーモン
3日(火)	レモン果汁																												
	アゼロラゼリー																												
4日(水)	マッシュドポテト			△			△														△								
5日(木)	紅生姜																												
6日(金)	ツナフレーク																				●								
8日(日)	グレープゼリー				△		△	△																					
9日(月)	海藻サラダ	△	△																										
10日(火)	ミニずし いちごあん																				●								
12日(木)	花らっきょう																				●								
13日(金)	モロヘイヤとオクラ				●																●								
17日(火)	ロースハム																				●								
25日(水)	鰯の唐揚げ				●			●	●												●								●
19日(木)	春雨サラダ																				●								
20日(金)	あじわいプリン				▲			▲	▲												●								
25日(水)	ナポリタンスソース																				●								
	北海道産牛乳プリン																				●								
26日(木)	ザンギ(北海道鶏唐揚げ)				●			●	●												●								●
27日(金)	塩昆布				●																●								

●よくつかわれる  
食品の原材料  
★今月の半製品  
詳しい成分等は、  
HPで確認できます。

5日 ほし  
24日 ちょうちょう

全校で  
あたるのは  
たった1人

今日は誰にあたるかな？

富山県産  
こしひかり

委員会からの  
放送があるよ！

## 同志社小学校給食メニュー 【2025年 6月分】

月日	6月2日(月)				6月3日(火)				6月4日(水)				6月5日(木)				6月6日(金)			
栄養素	単位	低学年	中学年	高学年																
エネルギー	kcal	564	627	690	kcal	476	529	582	kcal	544	604	664	kcal	680	756	832	kcal	612	680	748
たんぱく質	g	23.1	25.7	28.3	g	18.1	20.1	22.1	g	19.4	21.5	23.7	g	22.7	25.2	27.7	g	20.7	23.0	25.3
脂質	g	20.2	22.4	24.6	g	18.8	20.9	23.0	g	17.6	19.6	21.6	g	28.5	31.7	34.9	g	20.0	22.2	24.4
塩分相当量	g		2.2		g		2.2		g		3.7		g		2.8		g		2.0	
月日	6月9日(月)				6月10日(火)				6月11日(水)				6月12日(木)				6月13日(金)			
栄養素	単位	低学年	中学年	高学年																
エネルギー	kcal	608	675	743	kcal	608	675	743	kcal	600	667	734	kcal	534	593	652	kcal	595	661	727
たんぱく質	g	24.8	27.6	30.4	g	17.2	19.1	21.0	g	15.2	16.9	18.6	g	18.7	20.8	22.9	g	22.5	25.0	27.5
脂質	g	24.8	27.6	30.4	g	16.5	18.3	20.1	g	19.2	21.3	23.4	g	16.1	17.9	19.7	g	22.5	25.0	27.5
塩分相当量	g		3.1		g		4.1		g		3.5		g		2.4		g		3.4	
月日	6月16日(月)				6月17日(火)				6月18日(水)				6月19日(木)				6月20日(金)			
栄養素	単位	低学年	中学年	高学年																
エネルギー	kcal	630	700	770	kcal	536	596	656	kcal	433	481	529	kcal	502	558	614	kcal	494	549	604
たんぱく質	g	27.6	30.7	33.8	g	19.8	22	24.2	g	19.8	22.0	24.2	g	14.9	16.5	18.2	g	14.2	15.8	17.4
脂質	g	25.6	28.4	31.2	g	17.6	19.6	21.6	g	11.3	12.5	13.8	g	14.1	15.7	17.3	g	20.6	22.9	25.2
塩分相当量	g		1.4		g		2.3		g		2.6		g		2.8		g		2.9	
月日	6月23日(月)				6月24日(火)				6月25日(水)				6月26日(木)				6月27日(金)			
栄養素	単位	低学年	中学年	高学年																
エネルギー	kcal	621	690	759	kcal	548	609	670	kcal	504	560	616	kcal	675	750	825	kcal	671	746	821
たんぱく質	g	26.7	29.7	32.7	g	20.6	22.9	25.2	g	14.5	16.1	17.7	g	23.9	26.5	29.2	g	25.6	28.4	31.2
脂質	g	24.9	27.7	30.5	g	19.2	21.3	23.4	g	8.0	8.9	9.8	g	30.3	33.7	37.1	g	24.0	26.7	29.4
塩分相当量	g		1.9		g		3.1		g		1.7		g		3.7		g		3.0	

## 主な半製品(該当項目=★印)

日	半製品	原材料
3日(火)	レモン果汁	レモン、ぶどう糖/酸味料、ソルビトール、ビタミンC、香料、保存料(安息香酸Na)、着色料(紅花黄、ビタミンB2)
	アセロラゼリー	アセロラ果汁、果糖ぶどう糖液糖、難消化性デキストリン/加工でん粉、酸味料、ゲル化剤(増粘多糖類)、クエン酸鉄Na、野菜色素、クチナシ色素、香料、カロチノイド色素(一部にりんごを含む)
4日(水) 25日(水)	マッシュドポテト	ポテト、香辛料/乳化剤、ピロリン酸Na、クエン酸
5日(木) 27日(金)	紅生姜	生姜、漬け原材料[食塩、醸造酢]/酸味料、調味料(アミノ酸)、保存料(ソルビン酸K)、着色料(赤102)
5日(木) 26日(木)	ツナフレーク	かつお、めばちまぐろ、大豆油、野菜エキス、食塩/調味料(アミノ酸)、(一部に大豆を含む)
6日(金)	グレープゼリー	ぶどう果汁、糖類(果糖ブドウ糖液糖、ぶどう糖、グラニュー糖)、食物繊維(難消化性デキストリン)、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、クエン酸鉄Na
9日(月)	海藻サラダ	わかめ、白きくらげ、赤つのまた、茎わかめ、ふのり、昆布 本品で使用している海藻は、えび・かにの生息域で採取しています。
10日(火)	ミニくず餅いちごあん	いちごあん(白いんげん豆、砂糖、加糖いちごソース、還元水あめ、バター)(国内製造)、砂糖、麦芽糖、寒天、洋酒、くず粉/トレハロース、加工でん粉、酵素、着色料(紅麴)、酸味料、(一部に乳成分・大豆を含む)
12日(木)	花らっきょう	らっきょう、漬け原材料[砂糖、食塩、醸造酢]、酸味料
13日(金)	モロヘイヤとオクラ	オクラ、モロヘイヤ、醤油、異性化液糖、味醂、食塩、かつおエキス/調味料(アミノ酸)、(一部に小麦・大豆を含む)
17日(火) 25日(水)	ロースハム	豚ロース肉、糖類(水あめ、砂糖)、植物性たん白、食塩、卵たん白、発酵調味料、乳たん白、たん白加水分解物/加工でん粉、調味料(アミノ酸)、カゼインNa、リン酸塩(Na)、増粘多糖類、酸化防止剤(ビタミンC)、発色剤(亜硝酸Na)、コチニール色素、香辛料抽出物、(一部に卵 乳成分 大豆・豚肉を含む)
18日(水)	鯉の唐揚	黄金がれい、衣(でん粉、小麦粉、食塩、砂糖、粉末しょうゆ、全卵粉、脱脂粉乳)/調味料(アミノ酸)、酵素、(一部に小麦・卵・乳成分・ゼラチン・大豆を含む)
19日(木)	春雨サラダ	春雨、砂糖類(砂糖、ぶどう糖液糖、水あめ)、醸造酢、きくらげ、にんじん、わかめ、ごま油、食塩、ごま、ジンジャーペースト/調味料(アミノ酸等)、増粘剤(キサンタン)、酵素、酸味料、(一部にごま・大豆を含む)
20日(金)	あじわいプリン	糖類(果糖ブドウ糖液糖、ブドウ糖、砂糖、水あめ)豆乳加工食品(植物油脂、豆乳クリーム、砂糖類、その他)(国内製造)、豆乳、デキストリン、/ゲル化剤(増粘多糖類)、炭酸Ca、着色料(カラメル、アナトー)、乳化剤、pH調整剤、セルロース、香料、クエン酸鉄Na、塩化マグネシウム、(一部に大豆を含む)
25日(水)	ナポリタンソース	トマト、たまねぎ、にんじん、砂糖、大豆油、食塩、にんにく/増粘剤(加工デンプン)、調味料(アミノ酸等)、香辛料抽出物、クエン酸、パプリカ色素、(一部に大豆を含む)
	北海道産牛乳プリン	牛乳(北海道産)、砂糖、加糖れん乳、ミルクカルシウム/ゲル化剤、香料、ピロリン酸第二鉄
26日(木)	ザンギ (北海道鶏唐揚)	鶏肉(もも)、しょうゆ、しょうがペースト、オニオンペースト、鶏卵、にんにくペースト、衣(鶏卵、食塩、小麦粉、米粉、でん粉、しょうゆ、植物油脂、粉末鶏卵、脱脂粉乳)、揚げ油(パーム油)/加工でん粉、ポリリン酸Na、キシロース、増粘多糖類、調味料(アミノ酸)、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉を含む)
27日(金)	塩昆布	昆布、しょうゆ、たんぱく加水分解物、砂糖、昆布エキス、食塩/調味料(アミノ酸等)、(一部に小麦・大豆を含む)

【保存版】よく使われる食品の原材料 (2)

食品名	成分	アレルギー品目	
パン	NEGロール	小麦粉、砂糖、マーガリン、発酵風味料、乳等を主要原料とする食品、パン酵母、食塩／乳化剤、増粘剤(キサンタン)、酢酸Na、イーストフード、香料、V.C.、(一部に小麦・乳成分・大豆を含む)	小麦、乳、大豆
	NEG丸ロール	小麦粉、砂糖、マーガリン、発酵風味料、乳等を主要原料とする食品、パン酵母、食塩／乳化剤、増粘剤(キサンタン)、酢酸Na、イーストフード、香料、V.C.、(一部に小麦・乳成分・大豆を含む)	小麦、乳、大豆 卵△、ごま△
	NEG黒糖ロール	小麦粉 加工黒糖 発酵風味料 マーガリン 乳等を主要原料とする食品 パン酵母 ファットスプレッド 食塩／トレハロース、着色料(カラメル、カロチノイド)、乳化剤、イーストフード、香料、V.C.、(一部に小麦・乳成分・大豆を含む)	小麦、乳、大豆 卵△、オレンジ△、くるみ△、ごま△
	NEGレーズンラウンド	小麦粉、レーズン、砂糖、マーガリン、発酵風味料、豆乳、乳等を主要原料とする食品、パン酵母、食塩／乳化剤、増粘剤(キサンタン)、酢酸Na、イーストフード、香料、pH調整剤、V.C.、(一部に小麦・乳成分・大豆を含む)	小麦、乳、大豆 卵△、オレンジ△、くるみ△、ごま△
	NEGイエローロール	小麦粉、砂糖、マーガリン、発酵風味料、乳等を主要原料とする食品、パン酵母、食塩／乳化剤、増粘剤(キサンタン)、酢酸Na、イーストフード、香料、V.C.、(一部に小麦・乳成分・大豆を含む)	小麦、乳、大豆 卵△
	クロワッサン	小麦粉 マーガリン 卵 砂糖 パン酵母 食塩 乳化剤 V.C 香料	小麦、乳、卵、大豆 卵△、オレンジ△、くるみ△、ごま△
ヤクルト、ジョア	ジョア・ストロベリー	脱脂粉乳(国内製造)、いちご果汁、砂糖／リン酸Ca、香料、安定剤(スクシノグリカン)、野菜色素、ビタミンD	
	ジョア プレーン	脱脂粉乳、砂糖／リン酸Ca、香料、安定剤(スクシノグリカン)、ビタミンD	
	ジョア ブルーベリー	脱脂粉乳、砂糖、ブルーベリー果汁・果肉、アロニヤ果汁／乳酸Ca、安定剤(ペクチン)、香料、ビタミンE、ビタミンB6、ビタミンD	
	ジョア マスカット	脱脂粉乳、マスカット果汁、還元麦芽糖水あめ／乳酸Ca、安定剤(ペクチン)、香料、ピロリン酸鉄、甘味料(スクラロース)、葉酸、ビタミンD	
	ヤクルト・アップル&キャラロット	りんご、にんじん、果糖ぶどう糖液糖／酸味料、香料、クエン酸Na	
	野菜ジュース (白ぶどう(ほうれん草))	ぶどう、ほうれん草、果糖ぶどう糖液糖／酸味料、香料	
ドレッシング	ノンエッグマヨネーズ	食用植物油脂、醸造酢、砂糖類(砂糖、粉末水あめ)、食塩／増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、調味料(アミノ酸)、香辛料抽出物	
	味ぼん酢	しょうゆ(小麦・大豆を含む)、果糖ぶどう糖液糖、かんきつ果汁、醸造酢、食塩／調味料(アミノ酸等)、酸味料、香料	小麦、大豆
だし コンソメスープ	昆布だし	食塩、糖類(ぶどう糖、砂糖)風味原料(こんぶ粉末、こんぶエキス)、デキストリン／調味料(アミノ酸等)	
	チキンコンソメ	麦芽糖、食塩、チキンエキスパウダー、食用植物油脂、食用動物油脂、オニオンエキスパウダー、チキンパウダー、粉末しょうゆ、オニオンパウダー、こしょう、セロリ、酵母エキスパウダー、乳製品、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素 酸味料、(一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉を含む)	小麦、乳、大豆、鶏肉
	ビーフコンソメ	麦芽糖、食塩、ビーフパウダー、ビーフオイル、オニオンパウダー、食用植物油脂、粉末しょうゆ、オニオンエキスパウダー、にんじんエキスパウダー、小麦たん白発酵調味料、こしょう、チキンエキスパウダー、乳製品、セロリ／調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料、(一部に小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉を含む)	小麦、乳、大豆、牛肉、鶏肉
	中華スープ	食塩、食用油脂(豚脂、鶏脂、パーム油)、チキンエキスパウダー、ポークエキスパウダー、デキストリン、香辛料、野菜エキスパウダー／調味料(アミノ酸等)、(一部に大豆・鶏肉・豚肉を含む)	大豆、鶏肉、豚肉
味噌	合わせ味噌	大豆、米、食塩／酒精	大豆
	白味噌	大豆、米、食塩／酒精	大豆
	八丁味噌	米味噌(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)、豆味噌(大豆、塩)、カラメル色素、水あめ)	大豆
調味料	醤油	脱脂加工大豆(大豆(アメリカ又はカナダ(5%未満)))(遺伝子組み換えでない)小麦、食塩、大豆、(遺伝子組み換えでない)/アルコール	小麦、大豆
ソース類	トマトソース	トマト、玉ねぎ、ピーマン、大豆油、食塩、砂糖、ワイン、にんにく、香辛料／クエン酸(一部に大豆を含む)	大豆
	ウスターソース	野菜・果実(トマト、玉ねぎ、にんにく、その他)、醸造酢、糖類(砂糖、ぶどう糖)、食塩、アミノ酸液、香辛料／カラメル色素、増粘剤(グアー)、香辛料抽出物、甘味料(天草)、(一部に大豆・りんごを含む)	大豆、りんご
	デミグラスソース	炒めたまねぎ、小麦粉、ラード、トマトペースト、ビーフエキス調味料、砂糖、ワイン調製品、ビーフエキス、食塩、香辛料／カラメル色素、調味料(アミノ酸等)、酸味料、(一部に小麦・牛肉・大豆・豚肉を含む)	小麦、大豆、牛肉、豚肉
	ミートソース	野菜(たまねぎ、にんじん)、トマトペースト、砂糖、食用植物油脂、食肉(牛肉、豚肉)、大豆加工品、ビーフエキス、食塩、香辛料／増粘剤(加工デンプン)、香辛料抽出物、酸味料、調味料(アミノ酸等)、(一部に小麦・牛肉・大豆・豚肉を含む)	小麦、大豆、牛肉、豚肉
	カレールー	小麦粉、パーム油・なたね油混合油脂、食塩、カレー粉、砂糖、香辛料／カラメル色素、調味料(アミノ酸等)、酸味料、(一部に小麦を含む)	小麦
	シチューフレーク	豚脂 小麦粉 脱脂粉乳、砂糖、食塩、でんぷん、クリームパウダー、ナチュラルチーズ、生クリーム、チーズ加工品、オニオンパウダー、ポークエキス、酵母エキス、香辛料、濃縮生クリーム、デキストリン、玉ねぎ加工品、調味料、チキンエキス、とうもろこし粉、ガーリックパウダー／加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、乳化剤、香料、酸化防止剤(ビタミンE、ビタミンC)、酸味料、香辛料抽出物、(一部に乳成分・小麦・大豆・鶏肉・豚肉を含む)	乳、小麦、鶏肉、豚肉、大豆
	麻婆豆腐の素	食肉(豚肉、鶏肉)、砂糖、ごま油、しょう油、ガーリックペースト、牛脂豚脂混合油、小麦粉、オイスターソース、食塩、トマトペースト、チキンエキス、しょうがペースト、みりん風発酵調味料、でんぷん、ポークエキス、みそ、醸造酢、還元水あめ、豆板醤風みそ、唐からし／調味料(アミノ酸等)、増粘剤(キサンタンガム)、着色料(カラメル、パプリカ色素)、酸味料、(一部に小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチンを含む)	小麦、ごま、大豆 牛肉、鶏肉、豚肉、ゼラチン
ふりかけ類	お魚ふりかけ	ドロマイト(国内製造)、混合削り節粉末、砂糖、ごま、食塩、しょうゆ、みりん、鰹風味調味料、鰹削り節、酵母エキス、乾燥マッシュポテト、でんぷん、青のり、鰹削り節、黒のり、かぼちゃ粉末、還元水飴、昆布エキス、粉末水飴／アノトー色素、カラメル色素、酸化防止剤(ビタミンC)、カロチン色素、(一部に小麦・ごま・さば・大豆を含む)※本品で使用しているさば、いわしはえび、かこを食べており、海苔はえび、かこの生息域で採取しています。※小骨に注意してください。	えび、かに、小麦、ごま、さば、大豆
	野菜ふりかけ	塩蔵青菜(広島菜、京菜、大根葉)、砂糖、鰹削り節、塩蔵赤しそ、食塩、かぼちゃフレーク、にんじんフレーク、みりん、酵母エキス、鰹削り節粉末、食用植物油脂、昆布エキス／酸味料、酸化防止剤(ビタミンE)	
	ふりかけ瀬戸風味	ごま、鰹削り節、砂糖、卵顆粒(鶏卵粉末、砂糖、でんぷん、食塩、その他)食塩、鰹削り節、味付けのり、醤油、みりん、粉末水あめ、青のり、調味料(アミノ酸)、アントトー色素、カラメル色素、酸化防止剤(ビタミンC)、カロチン色素(一部に小麦、卵、大豆 ごまを含む)	小麦、卵、大豆、ごま
	ゆかり	塩蔵赤しそ(赤しそ(中国、日本)、食塩、梅酢)、食塩、砂糖／調味料(アミノ酸等)、酸味料	

