夕食<陶板 BBQ>

石川県立白山ろく少年自然の家

◆メニュー表

◎陶板焼き
豚バラ肉
ソーセージ
厚揚げ
ちくわ
えのき
ピーマン
キャベツ
玉ねぎ
かぼちゃ
なすび
もやし
◎スープ
コンソメ
ブイヨン
わかめ
玉ねぎ
◎その他
焼肉のたれ

◆成分表

	原材料名
ソーセージ	鶏肉(日本)、豚脂、豚肉、食塩、砂糖、香辛料、水／加工デンプン、カゼインNa、調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(ビタミンC)、発色剤(亜硝酸Na)
焼肉のたれ	醤油（国内製造）、アミノ酸液、砂糖、りんごパルプ、発酵調味料、りんご酢、ごま油、にんにく、白ごま、香辛料、食塩／カラメル色素、（一部に小麦・ごま・大豆・りんごを含む）
ブイヨン	食塩、砂糖、デキストリン、牛脂、でん粉(小麦を含む)、粉末しょうゆ(大豆を含む)、シーズニングパウダー、配合調味料、たまねぎ、酵母エキス、にんにく／調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、クエン酸、香辛料抽出物、香料、酸化防止剤(ビタミンE)

夕食＜ぽかぽか鍋づくり＞　石川県立白山ろく少年自然の家

◆メニュー表

◎鍋
豚小間肉
白菜
水菜
えのき
ソーセージ
角天
くるまふ
油揚げ
堅豆腐
人参
大根
ごぼう
ねぎ
うどん

◆成分表

ソーセージ	鶏肉(日本)、豚脂、豚肉、食塩、砂糖、香辛料、水／加工デンプン、カゼイン Na、調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(ビタミン C)、発色剤(亜硝酸 Na)
かく天	魚肉、植物油、植物たん白（小麦・大豆を含む）、砂糖、でん粉、ぶどう糖、食塩、発酵調味液、卵白（卵を含む）、魚介エキス/加工でん粉、PH 調整剤、調味料（アミノ酸）、炭酸 Ca
鍋だし 1	しょうゆ（小麦・大豆を含む）（国内製造）、食塩，鰹節、砂糖、米発酵調味料、煮干エキス、干しいたけ粉/アルコール、調味料（アミノ酸等）
鍋だし 2	しょうゆ（本醸造）、けずりぶし、（うるめぶし、さばぶし、むろあじぶし）、砂糖、食塩、米発酵調味料/酒精、調味料（アミノ酸等）、調味料、VB1、（原料の一部に大豆、小麦を含む）

夕食<定食 A>　からあげ定食　　石川県立白山ろく少年自然の家

◆メニュー表

◎唐揚げ定食
唐揚げ
エビフライ
タルタルソース
揚げギョウザ
ポテトフライ
キャベツ
人参
レタス
ミニトマト
キュウリ
◎春雨サラダ
春雨
魚肉ソーセージ
キュウリ
人参
マヨネーズ
◎みそ汁
エノキ
豆腐
◎その他
パイナップル

◆成分表

	原材料名
から揚げ	鶏モモ肉、澱粉、醤油、大豆油、酒、生姜ペースト、鶏ガラスープ、砂糖、食塩、香辛料、（一部に小麦・大豆・鶏肉を含む）
えびフライ	衣(パン粉、小麦粉、卵白粉、食塩、植物油脂、粉末状植物性たん白)、えび、食塩、砂糖／加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、貝Ca、膨張剤、香辛料抽出物、(一部にえび、小麦、卵を含む)
ギョウザ	鶏肉、キャベツ、豚脂、粒状植物性たん白、粉末状植物性たん白、乾燥マッシュポテト、しょうゆ、おろしにんにく、砂糖、食塩、ポークエキス、ごま油、おろししょうが、こしょう、皮〔小麦粉(国内製造)、食塩、加工油脂〕／加工でん粉、調味料(アミノ酸)、(一部に小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
タルタルソース	食用植物油脂(国内製造)、ピクルス、卵、ぶどう糖果糖液糖、食塩、醸造酢/増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(アミノ酸)、香辛料抽出物、(一部に卵・大豆を含む)
魚肉ソーセージ	魚肉、粘着材料(ペースト状小麦たん白、でん粉、粉末状大豆たん白)、植物油脂、砂糖、食塩、醸造酢、香味食用油、オニオンエキス、香辛料、かつおエキス、酵母エキス／加工でん粉、炭酸a、調味料(アミノ酸等)、骨Ca、着色料(クチナシ、トマトリコピン)、香辛料抽出物、香料、(一部にかに・小麦・さけ・大豆を含む)

夕食<定食 B> ハンバーグ定食　　石川県立白山ろく少年自然の家

◆メニュー表

◎ハンバーグ定食
ハンバーグ
人参グラッセ
コーン
たこ焼き
ゆで卵
キャベツ
人参
キュウリ
ミニトマト
レタス
フライソース
◎ポテトサラダ
ジャガイモ
ミックスベジタブル
マヨネーズ
◎みそ汁
エノキ
豆腐
◎その他
パイナップル

◆成分表

	原材料名
ハンバーグ２	鶏肉、たまねぎ、豚肉、牛アキレス、植物油、粒状植物性たん白、豚脂、パン粉、牛肉、粉末状植物性たん白、ぶどう糖、砂糖、食塩、しょうゆ、牛脂、発酵調味料、スイートワイン、ペースト状混合調味料、乾燥卵白（使用添加物）加工デンプン、セルロース、調味料（アミノ酸）、着色料（ココア）安定剤（グァ－ガム）カラメル色素
たこ焼き	小麦粉、キャベツ、たこ、揚げ玉(小麦粉、鶏卵、水)、ねぎ、小麦でん粉、風味調味料(食塩、L-ｸﾞﾙﾀﾐﾝ酸ﾅﾄﾘｳﾑ、5'-ﾘﾎﾞ ﾇｸﾚｵﾁﾄﾞ ﾆﾅﾄﾘｳﾑ、ぶどう糖、かつお節、大豆たん白加水分解物)、鶏卵、生姜、グルタミン酸ナトリウム、砂糖、食塩、ぶどう糖、水、大豆油(プレートに塗る)、(一部に小麦、卵、大豆を含む)
魚肉ソーセージ	魚肉、粘着材料(ペースト状小麦たん白、でん粉、粉末状大豆たん白)、植物油脂、砂糖、食塩、醸造酢、香味食用油、オニオンエキス、香辛料、かつおエキス、酵母エキス／加工でん粉、炭酸a、調味料(アミノ酸等)、骨Ca、着色料(クチナシ、トマトリコピン)、香辛料抽出物、香料、(一部にかに・小麦・さけ・大豆を含む)

朝食<定食 A> シャケ定食

石川県立白山ろく少年自然の家

◆メニュー表

◎シャケ定食
シャケ塩焼き
厚焼き卵
肉団子
レタス
キャベツ
人参
トマト
◎スパゲティサラダ
スパゲッティ
きゅうり
玉ねぎ
にんじん
魚肉ソーセージ
マヨネーズ
◎味噌汁
わかめ
うすあげ
◎その他
つけもの
オレンジ

◆成分表

	原材料名
シャケ	ます(国産)、食塩
魚肉ソーセージ	魚肉、粘着材料(ペースト状小麦たん白、でん粉、粉末状大豆たん白)、植物油脂、砂糖、食塩、醸造酢、香味食用油、オニオンエキス、香辛料、かつおエキス、酵母エキス／加工でん粉、炭酸a、調味料(アミノ酸等)、骨Ca、着色料(クチナシ、トマトリコピン)、香辛料抽出物、香料、(一部にかに・小麦・さけ・大豆を含む)
肉団子	食肉{豚肉(日本)、鶏肉、牛肉}、つなぎ(小麦粉、パン粉、鶏卵)、たまねぎ、粒状植物性たん白、動物油脂、砂糖、香辛料、食塩、ビーフエキス／トレハロース、加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、ソルビトール、焼成カルシウム、カラメル色素、たれ{砂糖、しょうゆ、酢、発酵調味料、水あめ、トマトピューレ、動物油脂、ポークエキス、ホタテエキス、オイスターソース、ごま油／加工デンプン、カラメル色素、調味料(アミノ酸等)}揚げ油(大豆油)、(一部に小麦・乳成分・卵・豚肉・鶏肉・牛肉・大豆・りんご・ごまを含む)
厚焼き玉子	鶏卵、糖類(砂糖、麦芽糖)、植物油脂、食塩、かつおぶしエキス、発酵調味料／加工でん粉、クエン酸、香料、アナトー色素、(一部に卵、さばを含む)

朝食<定食 B> オムレツ定食　　石川県立白山ろく少年自然の家

◆メニュー表

◎オムレツ定食
オムレツ
キャベツ
人参
レタス
トマト
赤ウィンナー
シュウマイ
ケチャップ
◎マカロニサラダ
マカロニ
きゅうり
玉ねぎ
にんじん
魚肉ソーセージ
マヨネーズ
◎味噌汁
わかめ
うすあげ
◎その他
つけもの
オレンジ

◆成分表

	原材料名
オムレツ	鶏卵、卵白、粉末鶏卵、乳または乳製品を主要原料とする食品、卵黄、植物油脂、還元水あめ、バター、砂糖、鶏卵加工品、食塩、チキンパウダー、香辛料／加工でん粉、クエン酸、調味料(アミノ酸等)、増粘多糖類、着色料(カロチノイド、カラメル)、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉を含む)
魚肉ソーセージ	魚肉、粘着材料(ペースト状小麦たん白、でん粉、粉末状大豆たん白)、植物油脂、砂糖、食塩、醸造酢、香味食用油、オニオンエキス、香辛料、かつおエキス、酵母エキス／加工でん粉、炭酸a、調味料(アミノ酸等)、骨Ca、着色料(クチナシ、トマトリコピン)、香辛料抽出物、香料、(一部にかに・小麦・さけ・大豆を含む)
シュウマイ	鶏肉、野菜(キャベツ、たまねぎ)、つなぎ(パン粉、でん粉)、豚脂、粒状大豆たん白、精製アミノ酸液、砂糖、しょうゆ、食塩、トマトケチャップ、香辛料、オイスターソース、ごま油、ポークエキス、皮(小麦粉、なたね油)／加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、(一部に小麦・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
赤ウィンナー	鶏肉(国産)、魚肉(まぐろ、かじき)、豚脂肪、味付豚肉、砂糖、食塩、香辛料、オニオンエキス／加工でん粉、くん液、調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na、K)、pH調整剤、保存料(ソルビン酸)、着色料(赤104、カロチノイド)、香辛料抽出物、(一部に卵・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉を含む)

昼食＜おにぎり弁当＞

石川県立白山ろく少年自然の家

◆メニュー表

◎おにぎり
お米
梅ぼし(具材)
混ぜ込わかめ(具材)
ごま昆布(具材)
のり
赤ウィンナー
かまぼこフライ(ホタテ風)
お茶
オレンジゼリー
青りんごゼリー

◆成分表

	原材料名
赤ウィンナー	鶏肉(国産)、魚肉(まぐろ、かじき)、豚脂肪、味付豚肉、砂糖、食塩、香辛料、オニオンエキス／加工でん粉、くん液、調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na、K)、pH調整剤、保存料(ソルビン酸)、着色料(赤104、カロチノイド)、香辛料抽出物、(一部に卵・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
かまぼこフライ	魚肉(いとより、とびうお)、つなぎ(でん粉、粉末状大豆たん白、卵白粉)、植物油、食塩、砂糖、かにエキス、発酵調味料、衣(パン粉、小麦粉、でん粉、ショートニング、粉末状大豆、たん白、食塩、砂糖、香辛料)／加工でん粉、香料、カロチノイド色素、調味料(アミノ酸等)、ベーキングパウダー、(一部に卵、小麦、かに、大豆を含む)
青りんごゼリー	砂糖混合ぶどう糖果糖液糖(国内製造)、水飴、りんご濃縮果汁、アップルピューレ／ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、着色料(クチナシ、紅花黄)、(一部にりんごを含む)
オレンジゼリー	砂糖混合ぶどう糖果糖液糖(国内製造)、水飴、柑橘混合濃縮果汁／ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、カロチノイド色素、(一部にオレンジを含む)

昼食<カレー>

石川県立白山ろく少年自然の家

◆メニュー表

- ◎カレー
  - お米
  - カレー粉
  - ブイヨン
  - 牛肉うどんの具
  - 玉ねぎ
  - 人参
  - じゃがいも
  - 福神づけ
- ◎その他
  - お茶
  - オレンジゼリー
  - 青りんごゼリー

◆成分表

	原材料名
カレー粉	豚脂(国内製造)、小麦粉、砂糖、食塩、でんぷん、カレーパウダー、オニオンパウダー、脱脂粉乳、トマトパウダー、チーズ、バナナペースト、はちみつ、ポークエキス、粉乳小麦粉ルウ、粉末ソース、酵母エキス、ココア、りんごペースト、ガーリックパウダー、しょう油加工品、ホエイパウダー、小麦発酵調味料／調味料(アミノ酸等)、乳化剤、カラメル色素、酸味料、香料、(一部に乳成分・小麦・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・りんごを含む)
牛肉味付け	牛肉(オーストラリア)、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、砂糖、みりん、ペースト状混合調味料、液状混合調味料／カラメル色素、増粘剤(加工デンプン)、調味料(アミノ酸等)
ブイヨン	食塩、砂糖、デキストリン、牛脂、でん粉(小麦を含む)、粉末しょうゆ(大豆を含む)、シーズニングパウダー、配合調味料、たまねぎ、酵母エキス、にんにく／調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、クエン酸、香辛料抽出物、香料、酸化防止剤(ビタミンE)
オレンジゼリー	砂糖混合ぶどう糖果糖液糖(国内製造)、水飴、柑橘混合濃縮果汁／ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、カロチノイド色素、(一部にオレンジを含む)
青りんごゼリー	砂糖混合ぶどう糖果糖液糖(国内製造)、水飴、りんご濃縮果汁、アップルピューレ／ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、着色料(クチナシ、紅花黄)、(一部にりんごを含む)
福神づけ	だいこん、なす、れんこん、しょうが、なたまめ、しそ、ごま、漬け原材料〔糖類(果糖ぶどう糖液糖、砂糖)、食塩、しょうゆ、醸造酢〕／調味料(アミノ酸等)、酒精、酸味料、着色料(カラメル、黄4、赤102、赤106)、甘味料(サッカリンNa、ステビア)、保存料(ソルビン酸K)、増粘多糖類、香料、(一部に小麦・大豆・ごまを含む)

昼食＜牛丼＞

石川県立白山ろく少年自然の家

◆メニュー表

- ◎牛丼
  - 牛肉うどんの具
  - 玉ねぎ
  - お米
  - 紅ショウガ
- ◎その他
  - お茶
  - オレンジゼリー
  - 青りんごゼリー

◆成分表

	原材料名
牛肉味付け	牛肉(オーストラリア)、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、砂糖、みりん、ペースト状混合調味料、液状混合調味料／カラメル色素、増粘剤(加工デンプン)、調味料(アミノ酸等)
めんつゆ	しょうゆ(国内製造)(本醸造)、けずりぶし(うるめぶし、さばぶし、むろあじぶし)、砂糖、食塩、米発酵調味料／酒精、調味料(アミノ酸等)、調味料、VB1、(原料の一部に大豆、小麦を含む)
黒潮だし	食塩(国内製造)、砂糖、風味原料(かつお節粉末、かつおエキス)、酵母エキス、でん粉／／調味料(アミノ酸等)
オレンジゼリー	砂糖混合ぶどう糖果糖液糖(国内製造)、水飴、柑橘混合濃縮果汁／ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、カロチノイド色素、(一部にオレンジを含む)
青りんごゼリー	砂糖混合ぶどう糖果糖液糖(国内製造)、水飴、りんご濃縮果汁、アップルピューレ／ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、着色料(クチナシ、紅花黄)、(一部にりんごを含む)