

※献立は予定のため、変更することがあります。

渋川青年の家食堂 (株)三和食品
TEL:0863-32-0148 FAX:0863-21-5514

令和7年度 献立予定表 (海事研修)

二泊三日	1日目	夕食	○ごはん ○たまごふりかけ ○鶏唐揚げ&肉焼売 ○味ぽん ○練りマスタード ○ビビンバ山菜 ○きんぴらごぼう ○ポテトサラダ ○野菜サラダ ○わかめの味噌汁 ○果物 (シロップ漬けみかん) ○きゅうりの漬物
	2日目	朝食	○ごはん ○おかかふりかけ ○焼き鮭 ○卵焼き ○ウインナー ○納豆 ○野菜サラダ ○青じそドレッシング ○わかめの味噌汁 ○ヨーグルト ○たくあん漬け
		昼食	○牛丼 ○野菜サラダ ○ノンオイル和風 ○わかめの味噌汁
		夕食	○ごはん ○野菜ふりかけ

※献立は予定のため、変更することがあります。

渋川青年の家食堂 (株)三和食品
TEL:0863-32-0148 FAX:0863-21-5514

			<ul style="list-style-type: none"> ○ハンバーグ ○たっぷりコーンフライ ○卵焼き ○切干大根煮 ○マカロニサラダ ○野菜サラダ ○わかめの味噌汁 ○果物 (シロップ漬けみかん) ○きゅうりの漬物
	3日目	朝食	<ul style="list-style-type: none"> ○ごはん ○おかかふりかけ ○鯖の塩焼き ○ベーコン ○卵焼き ○納豆 ○野菜サラダ ○白フレンチ ○わかめの味噌汁 ○ヨーグルト ○たくあん漬け
		昼食	<ul style="list-style-type: none"> ○チキンカツカレー ○野菜サラダ ○ウスターソース ○福神漬け

令和7年度 献立予定表 (詳細)

【夕食】唐揚げ定食

献立名	原材料名
ごはん	精白米 (岡山県産) <たまごふりかけ> 乳糖 (アメリカ製造)、いりごま、小麦粉、砂糖、食塩、卵黄粉末、加工油脂、すりごま、大豆加工品、還元水あめ、こしあん、かつお削り節、エキス (チキン、酵母、魚介、鰹節)、鶏肉粉末、みそ、海藻カルシウム、のり、醤油、鶏脂、乳製品、ブドウ糖、果糖液糖、イースト、あおさ、みりん、抹茶、デキストリン、調味料 (アミノ酸)、卵殻カルシウム、酸化防止剤 (ビタミンE)、カロチノイド色素、香料、 (一部に卵・乳成分・小麦・ごま・大豆・鶏肉を含む)
鶏唐揚げ& 肉焼売	<鶏唐揚げ> 鶏肉・でん粉・小麦粉・大豆油・醤油・大豆たん白・食塩・砂糖・酒/加工でん粉・調味料 (アミノ酸等)・ポリリン酸Na・キシロール ※アレルギー物質表示対象 (28品目中) 鶏肉・小麦・大豆 <肉焼売> 豚肉・たまねぎ・皮 (小麦粉・植物油脂・食塩)・豚油・でん粉・砂糖・粉末状大豆たん白・米発酵調味料・食用植物油・食塩・しいたけ・干しエビ・おろししょうが・パン粉・ホタテエキス・香辛料・干ホタテ貝柱/調味料 (アミノ酸等)・ソルビトール ※アレルギー物質表示対象 (28品目中) 乳・小麦・えび・大豆・ごま・豚肉 <味ぼん (個包装)> 醤油・(国内製造)・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 ※アレルギー物質表示対象 (28品目中) 大豆・小麦 <練りマスタード (個包装)> マスタード・食塩・醸造酢・還元水飴/着色料 (ウコン)・香辛料・増粘多糖類 (キサンタンガム・グァーガム) ※アレルギー物質表示対象 (28品目中) 大豆 <パセリ> ※アレルギー物質表示対象 (28品目中) 口腔アレルギー症候群
ビビンバ山菜	大豆もやし (国産)・塩蔵人参・乾燥きくらげ・ごま油・塩蔵いもづる・水煮ぜんまい・醤油・砂糖・食塩・にんにく・鰹エキス・ごま・コチュジャン・唐辛子/甘味料 (ソルビット)・調味料 (アミノ酸等)・酸味料・着色料 (トウガラシ色素・パプリカ色素・銅葉緑素)・香辛料抽出物・漂白剤 (次亜塩素酸Na) ※アレルギー物質表示対象 (28品目中) 小麦・ごま・ゼラチン (豚)・大豆・鶏肉

※献立は予定のため、変更することがあります。

渋川青年の家食堂 (株)三和食品
TEL:0863-32-0148 FAX:0863-21-5514

きんぴらごぼう	ごぼう・にんじん・たれ (ぶどう糖果糖液糖・醤油・砂糖・食塩) 食用植物油脂・ごま・砂糖・食塩・唐辛子/グリシン・増粘剤 (加工でん粉) 調味料 (アミノ酸等)・酢酸 Na・甘味料 (ステビア) ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 小麦・ごま・大豆・
ポテトサラダ	ばれいしょ・ドレッシング (食用植物油脂・乳等を主要原料とする食品・砂糖・鶏卵・醸造酢・食塩・乳たんぱく・チキンコンソメ)・にんじん・玉ねぎ・香辛料/調味料 (アミノ酸等)・増粘多糖類・酵素・香辛料抽出物 ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 小麦・卵・乳・大豆・鶏肉・ゼラチン (豚)
野菜サラダ	キャベツ・人参・かいわれ大根・トマト
わかめの味噌汁	味噌 (大豆・米・食塩・清酒/調味料 (アミノ酸等))・風味調味料 (食塩 (国内製造)・ぶどう糖)・風味原料 (鯖節粉末・鯉節粉末・鰹節粉末・鰯節粉末)・わかめ・水・ネギ/調味料アミノ酸等 ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 大豆・鯖
果物 (シロップ 漬けみかん)	みかん・砂糖/酸味料・安定剤 (メチルセルロース)
きゅうりの漬物	きゅうり・しょうが・ごま・漬け原材料 (食塩・醤油) /調味料 (アミノ酸等) 酸味料・保存料 (ソルビン酸 K)・甘味料 (サッカリン Na)・着色料 (黄 4・赤 102) ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) ごま・小麦・大豆

令和7年度 献立予定表 (詳細)

【朝食】焼き鮭定食

献立名	原材料名
ごはん	精白米 (岡山県産) <おかかふりかけ> いりごま (国内製造)、かつお削り節、砂糖、食塩、醤油、加工油脂、小麦粉、すりごま、鶏卵加工品、みりん、還元水あめ、エキス (鰹節、チキン、酵母)、大豆加工品、海藻カルシウム、こしあん、みそ、のり、乳製品、乳糖、鶏肉粉末、ブドウ糖果糖液糖、イースト、鶏脂、デキストリン/調味料 (アミノ酸)、カロチノイド色素、酸化防止剤 (ビタミンE)、香料、(一部に卵・乳成分・小麦・ごま・大豆・鶏肉を含む)
焼き鮭	鮭・食塩 ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 鮭 <レタス>
卵焼き	鶏卵・だし汁 (鰹) 砂糖/でん粉・発酵調味料・醤油・食塩・植物油 ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 卵・小麦・大豆
ウインナー	豚肉 (輸入又は国産)・鶏肉・豚脂肪・還元水あめ・結着材料 (粗ゼラチン・大豆たん白・卵たん白・乳たんぱく・でん粉)・食塩・ブイヨンパウダー・香辛料・たん白加水分解物・オニオンエキス・粉末油脂・ベジタブルブイヨン・調味料エキス・ポークエキス・砂糖/加工でん粉・カゼイン Na・調味料 (アミノ酸等)・リン酸塩 (Na/K)・保存料 (ソルビン酸)・増粘多糖類・酸化防止剤 (ビタミンC)・pH調整剤・発色剤 (亜硝酸Na)・くん液・着色料 (カルミン酸・クチナシ)・貝Ca・香辛料抽出物 ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
納豆	大豆 (遺伝子組み換えではない)・納豆菌 <たれ (個包装) > 水あめ混合異性化液麴・醤油・還元水飴・食塩・鰹エキス・砂糖・昆布エキス・発酵調味料/調味料 (アミノ酸等)・酸味料・(たれの原材料の一部に小麦・大豆を含む) <からし (個包装) > からし・砂糖・醸造酢・食塩・酒糖/醸味料・着色料 (ウコン)・増粘多糖類・香料・調味料 (アミノ酸等)・香辛料 ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 小麦・大豆
野菜サラダ	キャベツ・人参・トマト <ノンオイル青じそ>

※献立は予定のため、変更することがあります。

渋川青年の家食堂 (株)三和食品

TEL:0863-32-0148 FAX:0863-21-5514

	糖類 (ぶどう糖果糖液糖 (国内製造)、砂糖)、しょうゆ、醸造酢、食塩、発酵調味料、風味調味料/調味料 (アミノ酸等)、酒精、香料、増粘剤 (キサンタンガム)、ビタミンB 1、(一部に小麦・大豆を含む)
わかめの味噌汁	味噌 (大豆・米・食塩・清酒/調味料 (アミノ酸等)・風味調味料 (食塩 (国内製造)・ぶどう糖)・風味原料 (鯖節粉末・鯉節粉末・鰹節粉末・鰯節粉末)・わかめ・水・ネギ/調味料アミノ酸等 ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 大豆・鯖
ヨーグルト	生乳 (国産)・砂糖 ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 乳
たくあん漬	大根・ごま・漬け原材料 (食塩・醤油) /酸味料・調味料 (アミノ酸)・乳酸 Ca・甘味料 (サッカリン Na)・保存料 (ソルビン酸 K)・着色料 (黄 4) ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) ごま・小麦・大豆

令和7年度 献立予定表 (詳細)

【昼食】牛丼

献立名	原材料名
牛丼	精白米 (岡山県産)・牛肉・玉ねぎ・水・風味原料 (鯖節粉末・鯉節粉末・鰹節粉末・鰯節粉末/調味料アミノ酸等)・だし汁 (みりん・醤油・脱脂加工大豆 (大豆輸入)・小麦・食塩・砂糖・大豆/アルコール・調味料 (アミノ酸等))・砂糖 ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 小麦・牛肉・大豆・鯖 <紅ショウガ> しょうが・漬け原材料 (食塩・食酢) 酸味料/調味料 (アミノ酸) 保存料 (ソルビン酸 K) 着色料 (赤 102、黄 4)
野菜サラダ	キャベツ・人参・かいわれ大根・トマト <ノンオイル和風> しょうゆ (国内製造)、醸造酢、砂糖、風味調味料、食塩、たん白加水分解物、香辛料/調味料 (アミノ酸等)、酒精、増粘剤 (キサンタンガム)、ソルビトール、甘味料 (アセスルファム K)、香料、(一部に小麦・大豆を含む)
わかめの味噌汁	味噌 (大豆・米・食塩・清酒/調味料 (アミノ酸等))・風味調味料 (食塩 (国内製造)・ぶどう糖)・風味原料 (鯖節粉末・鯉節粉末・鰹節粉末・鰯節粉末)・わかめ・水・ネギ/調味料アミノ酸等 ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 大豆・鯖

令和7年度 献立予定表 (詳細)

【夕食】ハンバーグ定食

献立名	原材料名
ごはん	精白米 (岡山県産) <野菜ふりかけ> いりごま (国内製造)、乳糖、食塩、でん粉、砂糖、にんじん、小麦粉、大豆加工品、あおさ、海藻カルシウム、のり、かぼちゃ、乳製品、卵黄粉末、抹茶、ほうれん草、玉ねぎ、エキス (魚介、酵母)、マーガリン、ぶどう糖果糖液糖、イースト、デキストリン/調味料 (アミノ酸等)、着色料 (カロチノイド、フラボノイド、クチナシ)、増粘剤 (キサンタン)、香料、(一部に卵、乳製分、小麦、ごま、大豆を含む)
ハンバーグ	鶏肉 (国産)・植物性たん白・玉ねぎ・パン粉 (小麦粉・砂糖混合ブドウ糖果糖液糖・ミックス粉・ショートニング・イースト・食塩・乳等を主原料とする食品・乳化剤・発酵調味料・パン品質改良剤)・牛脂・醤油・砂糖・食塩・赤ワイン・香辛料・植物油脂/調味料 (アミノ酸等)・リン酸塩 (Na)・カラメル色素 ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 小麦・乳・牛肉・鶏肉・大豆 <ミートソース> 野菜 (玉ねぎ (輸入又は国産)・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)・香辛料油出物・調味料・調味料 (アミノ酸等) ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 豚肉・牛肉・小麦・大豆 <パセリ> ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 口腔アレルギー症候群
たっぷり コーンフライ	スイートコーン・じゃがいも・パン粉・でん粉・小麦粉・砂糖・食塩・香辛料・衣 (パン粉・小麦粉・でん粉・食塩) /調味料 (アミノ酸等)・増粘剤 (グァーガム)・乳化剤・パプリカ色素 ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 小麦・大豆
卵焼き	鶏卵・だし汁 (鰹) 砂糖/でん粉・発酵調味料・醤油・食塩・植物油 ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 卵・小麦・大豆
切干大根煮	切干大根・人参・油揚げ・醤油・砂糖・米発酵調味料・菜種油・鰹節だし・昆布だし・乾椎茸・ごま油・酵母エキス・食塩・調味料 (アミノ酸) 凝固剤 ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 大豆・小麦
マカロニサラダ	マカロニ (国内製造)・マヨネーズ・人参・玉ねぎ・砂糖・とうもろこし・醸造酢・植物油脂・調味液 (砂糖・還元水あめ・食塩・卵黄・醸造酢・酵母エキス)・食塩・マルトオリゴ糖・香辛料/増粘剤 (加工でん粉・キサンタンガム)・酢酸ナトリウム・グリシン・調味料 (アミノ酸等)・カロチノイド色素・香辛料抽出物

※献立は予定のため、変更することがあります。

渋川青年の家食堂 (株)三和食品

TEL:0863-32-0148 FAX:0863-21-5514

	※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 卵・小麦・卵・大豆・りんご
野菜サラダ	キャベツ・人参・かいわれ大根・トマト
わかめの味噌汁	味噌 (大豆・米・食塩・清酒／調味料 (アミノ酸等))・風味調味料 (食塩 (国内製造)・ぶどう糖)・風味原料 (鯖節粉末・鯉節粉末・鰹節粉末・鰯節粉末)・わかめ・水・ネギ／調味料アミノ酸等 ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 大豆・鯖
果物 (シロップ 漬けみかん)	みかん・砂糖／酸味料・安定剤 (メチルセルロース)
きゅうりの漬物	きゅうり・しょうが・ごま・漬け原材料 (食塩・醤油) / 調味料 (アミノ酸等) 酸味料・保存料 (ソルビン酸 K)・甘味料 (サッカリン Na)・着色料 (黄 4・赤 102) ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) ごま・小麦・大豆

令和7年度 献立予定表 (詳細)

【朝食】焼き鯖定食

献立名	原材料名
ごはん	精白米 (岡山県産) ＜おかかふりかけ＞ いりごま (国内製造)・鰹節削り節・食塩・砂糖・醤油・加工油脂・小麦粉・すりごま・鶏卵加工品・みりん・還元水あめ・エキス (鰹節・チキン・酵母)・大豆加工品・海藻カルシウム・こしあん・みそ・のり・乳製品・乳糖・鶏脂・デキストリン／調味料 (アミノ酸等)・カロチノイド色素・酸化防止剤 (ビタミンE)・香料 ※アレルギー物質表示対象 (28品目中) 卵・乳製品・小麦・ごま・大豆・鶏肉
鯖の塩焼き	鯖・食塩 ＜レタス＞
ベーコン	豚バラ肉 (輸入又は国産5%未満)・砂糖・水あめ・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 (アミノ酸等)・カゼインNa・リン酸塩 (Na)・増粘多糖類・くん液・酸化防止剤 (ビタミンC)・発色剤 (亜鉛酸Na)・コチニール色素・香辛料抽出物 ※アレルギー物質表示対象 (28品目中) 卵・乳・大豆・豚肉
卵焼き	鶏卵・だし汁 (鰹) 砂糖／でん粉・発酵調味料・醤油・食塩・植物油 ※アレルギー物質表示対象 (28品目中) 卵・小麦・大豆
納豆	大豆 (遺伝子組み換えではない)・納豆菌 ＜たれ (個包装)＞ 水あめ混合異性化液麴・醤油・還元水飴・食塩・鰹エキス・砂糖・昆布エキス・発酵調味料／調味料 (アミノ酸等)・酸味料・(たれの原材料の一部に小麦・大豆を含む) ＜からし (個包装)＞ からし・砂糖・醸造酢・食塩・酒糖／醸味料・着色料 (ウコン)・増粘多糖類・香料・調味料 (アミノ酸等)・香辛料 ※アレルギー物質表示対象 (28品目中) 小麦・大豆
野菜サラダ	キャベツ・人参・トマト ＜白フレンチドレッシング＞ 食用植物油脂 (国内製造)・砂糖・醸造酢・食塩・たん白加水分解物・香辛料／酒精・乳化剤・調味料 (アミノ酸等)・増粘剤 (キサンタンガム)・香料・香辛料抽出物、(一部に大豆を含む)
わかめの味噌汁	味噌 (大豆・米・食塩・清酒／調味料 (アミノ酸等))・風味調味料 (食塩 (国内製造)・ぶどう糖)・風味原料 (鯖節粉末・鰹節粉末・鰹節粉末・鰹節粉末)・わかめ・水・ネギ／調味料アミノ酸等

※献立は予定のため、変更することがあります。

渋川青年の家食堂 (株)三和食品

TEL:0863-32-0148 FAX:0863-21-5514

	※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 大豆・鯖
ヨーグルト	生乳 (国産)・砂糖 ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 乳
たくあん漬	大根・ごま・漬け原材料 (食塩・醤油) / 酸味料・調味料 (アミノ酸)・乳酸 Ca・ 甘味料 (サッカリン Na)・保存料 (ソルビン酸 K)・着色料 (黄 4) ※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) ごま・小麦・大豆

令和7年度 献立予定表 (詳細)

【昼食】チキンカツカレー

献立名	原材料名
チキンカツ カレー	<p>精白米 (岡山県産)・牛肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・ルウ (食用油・牛脂豚混合湯・パーム油・小麦粉・砂糖・食塩・でんぷん・カレーパウダー・脱脂大豆・チーズ加工品・ローストオニオンパウダー・はちみつ・ポークエキス・ごまペースト・粉乳小麦粉ルウ・トマト調味料・酵母エキス・粉末ソース・バナナペースト・ココア・バターミルクパウダー・トマトパウダー・リンゴペースト・全粉乳・玉ねぎエキス・香辛料・ガーリックパウダー・ソテー野菜ペースト・醤油加工品・ぶどう糖・チーズ・調味料アミノ酸等) / 着色料 (カラメル・パプリカエキス色素)・乳化剤・酸味料・香料・香辛料抽出物</p> <p>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中)</p> <p>小麦・乳・豚肉・鶏肉・牛肉・大豆・バナナ・りんご・ごま</p> <p><チキンカツ></p> <p>鶏肉・焼成カルシウム・動物性たんぱく質・卵白・食塩・パン粉・小麦粉 / ぶどう糖・ショートニング・イースト・乳化剤・アナトー色素・イーストフード水・バターミックス・炭酸 Na・L-グルタミン酸・グァーガム・香料</p> <p>香料・コーンパウダー・こしょう・グルエース</p> <p>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 鶏肉・卵・小麦・大豆</p>
野菜サラダ	<p>キャベツ・人参・かいわれ大根・トマト</p> <p><ウイスターソース></p> <p>糖類 (ぶどう糖果糖液糖・砂糖)・食塩・アミノ酸液 (大豆を含む)・合成酢・香辛料・野菜 (たまねぎ) / カラメル色素・甘味料 (甘草・ステビア)・酸味料・増粘剤 (キサンタン)</p> <p>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 大豆</p>
福神漬け	<p>大根・なす・きゅうり・れんこん・しそ・ごま・生姜・漬け原材料 (ぶどう糖果糖液糖・食塩・醤油・醸造酢) / 酸味料・調味料アミノ酸等・保存料 (ソルビン酸 K)・着色料 (赤 102・黄 4・黄 5・赤 106)・甘味料 (ステビア)</p> <p>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 小麦・大豆・ごま</p>