

※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8年度海事研修 献立予定表

一泊二日	1日目	夕食	○ごはん ○野菜ふりかけ ○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
	2日目	朝食	○ごはん ○おかかふりかけ ○鯖の塩焼き ○ウインナー ○卵焼き ○味付け海苔 ○野菜サラダ ○白フレンチドレッシング ○わかめの味噌汁 ○ヨーグルト ○たくあん漬け
		昼食	○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8年度海事研修 献立 (原材料)

### 【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、 <b>(一部に卵・乳製品・小麦・ごま・大豆を含む)</b>
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 <b>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 小麦・乳・牛肉・鶏肉・大豆</b> <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) <b>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 豚肉・牛肉・小麦・大豆</b>
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 <b>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 小麦・大豆</b>
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 <b>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 卵・小麦・大豆</b>
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 <b>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 大豆・小麦</b>
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 <b>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 卵・小麦・大豆・りんご</b>

※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

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 <b>※アレルギー物質表示対象(28品目中)大豆・鯖</b>
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) <b>※アレルギー物質表示対象(28品目中)ごま・小麦・大豆</b>

## 令和8年度海事研修 献立 (原材料)

### 【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 (アミノ酸等)、カロチノイド色素、酸化防止剤 (ビタミンE)、香料、 <b>(一部に卵・乳成分・小麦・ごま・大豆・鶏肉を含む)</b>
鯖の塩焼き	鯖・食塩 <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 <b>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 卵・小麦・大豆</b>
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 <b>※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</b>
味付け海苔	乾海苔 (有明海産)・砂糖・醤油・食塩・魚介エキス (エビ・鰹・昆布)・米発酵調味料/調味料 (アミノ酸など)・香辛料抽出 <b>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) エビ・小麦・大豆</b>
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、 <b>(一部に大豆を含む)</b>
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 <b>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 大豆・鯖</b>

※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

ヨーグルト	生乳 (国産)・砂糖 <b>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 乳</b>
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) <b>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) ごま・小麦・大豆</b>

## 令和8年度海事研修 献立 (原材料)

### 【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</p> <p>カレールウ (食用油脂 (牛脂・豚脂) (国内製造))・小麦粉・砂糖・食塩・カレー粉・でん粉・オニオンパウダー・全粉乳・トマトパウダー・はちみつ・ねりごま・チーズフード・チャツネ・野菜ブイヨンパウダー・ポークエキスパウダー・チキンブイヨンパウダー・りんご濃縮果汁・ココアパウダー・香辛料/着色料 (カラメル・パプリカ色素)・調味料 (アミノ酸等)・乳化剤・酸味料・香料</p> <p><b>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 小麦・乳・ごま・豚肉・鶏肉・牛肉・大豆・りんご</b></p> <p>&lt;チキンカツ&gt;</p> <p>鶏肉・パン粉・でん粉・大豆たん白・食塩・砂糖・香辛料・衣 (パン粉・小麦粉・でん粉・食塩・香辛料) /調味料 (アミノ酸)・増粘多糖類 (グァーガム)・乳化剤・ポリリン酸 Na</p> <p><b>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 小麦・大豆・鶏肉</b></p>
野菜サラダ	<p>キャベツ・人参・かいわれ大根・トマト</p> <p>&lt;ウスターソース&gt;</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><b>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 大豆</b></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><b>※アレルギー物質表示対象 (28 品目中) 小麦・大豆・ごま</b></p>