

## 2019シーズンお食事成分表

### 【朝食】

	メニュー	具材	成分	
① 洋食	洋食プレート	鉄板焼きの厚切りハム	鶏肉、豚肉、でん粉、大豆たん白、水あめ、砂糖、豚エキス、乳、香辛料、塩	
		スクランブルエッグ	鶏卵、植物油、牛乳、クリーム、バター、でん粉、乳たん白、ホタテエキス、小麦、大豆、鶏肉、砂糖、乳化剤、塩、香料	
		ハッシュドポテト	ばれいしょ、植物油、食塩、ぶどう糖	
		ケチャップ	トマト、ぶどう糖、醸造酢、塩、タマネギ、香辛料	
	焼きたてサクサクパン	クロワッサン	小麦粉、バター、砂糖、イースト、鶏卵、塩、全粉乳、乳化剤	
	新鮮サラダ	キャベツ、海藻		
		ポテトサラダ	じゃがいも、マヨネーズ、たまねぎ、にんじん、砂糖、塩、水飴、還元水飴、醸造酢、卵、香辛料、大豆	
		フレンチドレッシング(赤)	醸造酢、ぶどう糖果糖液糖、食用植物油、食塩、オニオンエキス、卵黄、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)	
	ほうれん草のコンソメスープ	玉葱、ほうれん草	コンソメスープ	乳糖、塩、鶏肉、砂糖、食用油脂、醤油、香辛料、でん粉、果糖、小麦、乳成分、大豆
	100%りんごジュース		りんご、香料、ビタミンC	
② 和食	和食プレート	なめ茸	えのき、醤油(大豆、小麦を含む)、果糖ブドウ糖液糖、砂糖、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(ビタミンC)、増粘多糖類、酸味料	
		ほうれん草、卵	塩、サラダ油、なたね油、大豆油	
		肉シュウマイ	玉ねぎ、鶏肉、小麦粉、パン粉、豚脂、卵白、豚肉、大豆たん白、砂糖、醤油、なたね油、塩、ポークエキス、香辛料、オイスターソース、ごま油、大豆粉、ホタテエキス、加工でん粉、ごま油、乳製品、ごま、大豆	
	きんぴらごぼう	ごぼう、にんじん	砂糖、醤油、みりん、ごま油、塩、ごま、昆布エキス、鰹エキス、唐辛子、小麦	
	鮭塩焼き	鮭	塩	
	納豆	大豆	納豆菌、水飴、液糖、醤油、水飴、塩、砂糖、カツオエキス、昆布エキス、小麦、からし、醸造酢、酒精、酸味料、ウコン、香料、香辛料	
	味噌汁	えのき、わかめ	味噌	大豆、米、塩、酒精
	白米	長野県産コシヒカリ		
	味付海苔		乾のり、醤油、砂糖、発酵調味料、清酒、塩、昆布、エビ、鮭、水飴、調味料、甘味料、香辛料、大豆、小麦	
	鮭ふりかけ		ごま、乳糖、鶏卵、砂糖、大豆加工品、でん粉、小麦、海藻、あおさ、香味油、鰹節、醤油、抹茶、バーム油、脱脂粉乳、鶏卵、鰹エキス、香料	
たまごふりかけ		ごま、小麦粉、鶏卵、砂糖、大豆加工品、塩、乳糖、こしあん、マーガリン、鰹節、チキンエキス、オニオンエキス、魚介エキス、鶏肉、海藻醤油、バーム油、はちみつ、脱脂粉乳、なたね油、鶏脂、イースト、大豆油、バター、あおさ、抹茶、鶏卵油、でん粉、鰹エキス、ぶどう糖		

### 【昼食】

	メニュー	具材	成分
到着日	じっくり煮込んだ豚味噌丼	豚肉、玉葱	醤油、砂糖、味噌、みりん、生姜、清酒、醸造酢、大豆、小麦
	味噌汁	紅シヨウガ 長野県産コシヒカリ	生姜、塩、酸味料、保存料、調味料、着色料
2日目	オリジナルビーフカレーライス	カレールー	玉葱、ポークパイオン、小麦粉、牛肉、カレー粉、醤油、牛乳、チキンパイオン、じゃがいも、にんじん、りんご、にんにく、砂糖、ラード、マッシュポテト、ビーフパイオン、ビーフエキス、トマト、ケチャップ、ポークエキス、生姜、塩、味噌、ポテトフレーク、香辛料、でん粉、香料、大豆、牛肉、鶏肉、小麦、牛脂、米粉
		福神漬け	大根、れんこん、しその葉、生姜、ごま、塩、醤油、小麦、大豆
		長野県産コシヒカリ	
	大根シャキシャキサラダ	青じそドレッシング	醤油、果糖ぶどう糖液糖、醸造酢、砂糖、鰹節エキス、ほたてエキス、調味料(アミノ酸)、pH調整剤、食塩、日持ち向上剤、香料、増粘剤(キサンタンガム)、乾燥味付青じそ
最終日	だしが自慢のつけうどんと菜飯御飯	うどん	小麦粉、塩、小麦たん白、でん粉、乳化剤
		豚バラ、長ネギ	
		つゆ	醤油、砂糖、塩、鰹節、鯖節、発酵調味料、にぼし、小麦
		長野県産コシヒカリ	
	野菜炒め	白ごま、唐辛子、醤油、砂糖、塩、酸味料、なたね油、動物性蛋白、カツオエキス、ぶどう糖、酒精、大豆、小麦、さば、ゼラチン	

### 【夕食】

	メニュー	具材	成分
① 豚すき焼き鍋	あつあつ豚すき焼き鍋	焼豆腐	丸大豆、にがり
		長ネギ、白菜、白滝、豚肉、水菜、えのき、しめじ	
		すき焼きのタレ	しょうゆ、砂糖、味噌、ビーフエキス、山椒、酸味料、小麦
	お野菜たっぷり回鍋肉	生卵	
		豚肉、キャベツ、たまねぎ、ピーマン	
	玉葱たっぷりサーモンカルパッチョ	回鍋肉ソース	しょうゆ、コーン油、豆板醤、にんにく、砂糖、豆チ、大豆油、でん粉、味噌、りんごピューレ、塩、香辛料、酸味料、小麦
		玉葱、鮭	
	クリーミーチキングラタン	カルパッチョソース	なたね油、オリーブ油、果糖、砂糖、醸造酢、塩、にんにく、トマト、赤ピーマン、玉葱、胡椒、香辛料、ぶどう酢、パセリ
	焼き餃子	マカロニ、玉葱、牛乳、マーガリン、全粉乳、小麦粉、鶏肉、脱脂濃縮乳、パン粉、塩、香辛料、グラニュー糖、乳化剤、香料、大豆、植物油	豚肉、キャベツ、たまねぎ、ニラ、豚脂、でん粉、香辛料、砂糖、にんにく油、塩、醤油、紹興酒、オイスターソース、小麦粉、ラード、グルテン、なたね油、トレハロース、かんすい、大豆
	シュークリーム		カスタードクリーム、麦芽糖、加糖卵黄、砂糖、加工油脂、ホイップクリーム、卵、小麦粉、米粉、塩、でん粉、乳化剤、香料、大豆、ゼラチン、生クリーム、牛乳
白米	長野県産コシヒカリ		
味噌汁	味噌	大豆、米、塩、酒精	
② 信州味噌鍋	味自慢!信州味噌鍋	豆腐	丸大豆、にがり
		白菜、にんにく、もやし、しめじ、えのき、水菜、長ネギ、豚肉、鶏ガラ	調味料
		味噌	大豆、米、塩、酒精
	牛鉄板焼き和風おろしソース	豆腐	丸大豆、にがり
		とろつくね	鶏モモ肉、鶏軟骨、鶏皮、長ネギ、玉葱、鶏卵、植物油、パン粉、でん粉、大豆たん白、醤油、砂糖、酒、塩、ぶどう糖、味噌、香辛料、チキンエキス、調味料、酸味料、小麦、卵、大豆、鶏肉、豚肉
		和風おろしソース	牛肉、牛脂、塩、魚醤、寒天、植物性たん白
	ねぎとろ	マグロ	めばち、キハダ、食用油脂、なたね油、大豆油、塩、大豆
	蒸たて小籠包	大葉、大根	豚肉、鶏肉、玉葱、ねぎ、生姜、豚脂、卵、ゼラチン、醤油、砂糖、老酒、塩、香辛料、小麦粉、でん粉、乳化剤、ごま、大豆、植物油
	揚げだし豆腐		大豆、植物油、液糖、でん粉、小麦、植物性蛋白、コーンフラワー、塩、卵白、ぶどう糖、砂糖、大豆油、乳化剤、卵、乳成分、脱脂粉乳
	エクレア		カスタードクリーム、砂糖、麦芽糖、加工油脂、牛乳、チョコレート、卵、ホイップクリーム、小麦粉、でん粉、乳化剤、香料、大豆、ゼラチン
白米	長野県産コシヒカリ		
③ 煮込みハンバーグ	じっくりコトコト煮込みハンバーグ	人参、ブロッコリー	
		ハンバーグ	牛肉、鶏肉、豚肉、玉葱、パン粉、卵白、牛脂、植物性たん白、塩、ビーフエキス、醤油、焼酎、香辛料、脱脂粉乳、植物油、でん粉、卵、砂糖
		トマトソース	トマト、砂糖、たまねぎ、植物油、醸造酢、塩、にんにく、肉エキス、香辛料、小麦、乳成分、大豆、鶏、りんご
	鮭ちゃんちゃん焼き	デミグラスソース	ウスターソース、りんご、植物油、還元水飴、ワイン、ブラウンラー、デミグラスソース、トマト、動物油脂、野菜エキス、肉エキス、塩、胡椒、香辛料、セロリ、でん粉、酸味料、小麦、乳成分、大豆、鶏肉、豚肉
		玉葱、鮭、しめじ、もやし	
	豚しゃぶサラダ	タレ	味噌、砂糖、酒、にんにく、生姜
	わらびと厚揚げ煮物	豚肉、キャベツ、水菜、人参	
	茶碗蒸し	焙煎ごまドレッシング	しょうゆ、醸造酢、砂糖、ごま、椎茸エキス、塩、卵黄、小麦、りんご、植物油
	カットケーキ	わらび	丸大豆、にがり、食用油
	白米	厚揚げ	醤油、砂糖、塩、鰹節、鯖節、発酵調味料、にぼし、小麦
味噌汁	つゆ	鶏肉、椎茸、銀杏 三つ葉、かまぼこ	
	茶碗蒸しの素	卵、みりん、醤油、塩、カツオエキス、調味料、小麦、大豆	
	カットケーキ	鶏卵、乳製品、小麦粉、でん粉、カラメルソース、植物油、砂糖、水飴、練乳、トレハロース、乳化剤	
	白米	長野県産コシヒカリ	米
	味噌汁	味噌	大豆、米、塩、酒精
	ほうれん草、うず巻	ほうれん草、小麦、小麦グルテン、ビタミンE	

※都合により内容の一部を変更させていただく場合があります。