

# 修学旅行お献立(女子高)

## 【ご夕食】

- ◎海老マヨ
- ◎骨付きチキン ミニオムレツ  
豚串揚 白身魚串揚
- 野菜サラダ(キャベツ・レタス・トマト)  
ドレッシング(おろし醤油)
- ◎豚すき焼 キャベツ もやし
- ◎茶碗蒸し
- ◎島原素麺と温泉玉子 美味出汁
- ◎島原名物 具雑煮
- ◎白御飯
- ◎胡瓜漬
- ◎寒ざらし ケーキ二種

## 【ご朝食】

- ◎ブロッコリーマヨ和え
- ◎中華春雨
- ◎玉子焼 ウインナー 塩サバ 肉焼売
- ◎野菜サラダ(キャベツ・レタス・トマト・ロースハム)  
ドレッシング(おろし醤油)
- ◎白ご飯
- ◎味付海苔 納豆
- ◎味噌汁(若布・豆腐)

※季節により内容が変更になる場合がございます。

## 《成分表-女子高-》

### 【夕食】

海老マヨ：海老・塩・衣(小麦粉・でん粉・卵白・小麦たん白)・パーム油・加工でん粉  
膨張剤・乳化剤・アミノ酸  
食用植物油脂・卵黄・酢・香辛料・砂糖

骨付きチキン：鶏肉・塩・たん白・香辛料・にんにく・でん粉・醤油・酵母エキス  
小麦粉・砂糖・パン粉・ベーキングパウダー・アミノ酸

ミニオムレツ：鶏卵・植物油脂・水あめ・バター・砂糖・塩・チキンエキス  
香辛料・加工でん粉・クエン酸・アミノ酸・着色料

豚串揚：豚肉・玉葱・コーンスターチ・パン粉・小麦粉・でん粉・塩・胡椒  
アミノ酸・乳化剤 (一部に小麦・豚肉・大豆を含む)

白身魚串揚：アンコウ・小麦粉・小麦でん粉・食塩・天然酵母・砂糖・アミノ酸・乳化剤

野菜サラダ：キャベツ・レタス・トマト

ドレッシング(おろし醤油)：醤油(国内製造)(醤油・生醤油)・大根加工品(大根・醸造酢)  
ぶどう糖果糖液糖・醸造酢・大根・食塩、かつお節エキス  
こんぶエキス・しいたけエキス、ゆず果汁・調味料(アミノ酸等)  
増粘剤(加工でん粉・キサンタンガム) (一部に小麦・大豆を含む)

豚すき焼：豚肉・キャベツ・もやし・酒・味醂・砂糖・濃口醤油

茶碗蒸し：卵・鶏肉・海老・銀杏・椎茸・鰹出汁・醤油

島原素麺と温泉玉子：素麺・卵・出汁(昆布・鰹節・椎茸・みりん・醤油)

具雑煮：鶏肉・餅・椎茸・大根・人参・白菜・水菜・牛蒡

蒲鉾：魚肉・卵・砂糖・塩・でん粉・アミノ酸・ソルビン酸・甘味料・ブドウ糖  
着色料(赤103・赤106)

竹輪：魚肉・でん粉・塩・卵白・ぶどう糖・菜種油・アミノ酸・ソルビン酸

肉団子：鶏肉・卵白粉・玉葱・牛脂・豚脂・大豆たん白・食塩・砂糖  
(小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉を含む)

厚焼玉子：鶏卵・砂糖・油・でん粉・醤油・塩・ソルビトール・アミノ酸・増粘剤  
カロチド色素 (一部に小麦・大豆を含む)

胡瓜漬：胡瓜・生姜・胡麻・塩・砂糖・ソルビン酸・着色料(黄4・青1)

寒ざらし：白玉粉・砂糖

ケーキ二種：液全卵(国内製造)・乳又は乳製品を主要原料とする食品・砂糖・小麦粉・水あめ  
チョコレート・準チョコレート・ココアパウダー・油脂加工食品・還元水あめ  
加糖れん乳・植物油脂・トレハロース・加工でん粉・乳化剤(大豆由来)  
着色料(炭末・カカオ・カラメル・紅麴)・増粘剤(加工でん粉)・膨張剤  
カゼイン Na・香料・ホエイソルト・pH 調整剤

乳糖を主要原料とする食品(国内製造)・鶏卵・砂糖・小麦粉・牛乳・還元水あめ  
加糖いちごピューレ・ショートニング・いちご風味乾燥品・加工油脂・加糖卵黄  
洋酒・シロップ・マーガリン・コーンスターチ・レモン果汁・乳化剤・加工でん粉  
香料・酸味料・膨張剤・着色料(紅麴・アントシアニン・赤 102・赤 2・カテロイド)  
甘味料(ステビア)・酸化防止剤(V.E)・調味料(アミノ酸)・増粘剤(アラビアガム)  
(一部に小麦・卵・乳成分・大豆を含む)

## 【朝食】

ブロッコリーマヨネーズ和え：ブロッコリー・塩・胡椒・砂糖  
植物油脂・卵黄・酢・食塩・香辛料・アミノ酸

中華春雨：春雨・醤油・砂糖・人参・山くらげ・赤ピーマン・干しきくらげ  
ラー油・酢・食塩・アミノ酸・ビタミン C (小麦・大豆・胡麻・豚肉・鶏肉を含む)

玉子焼：鶏卵・砂糖・小麦でん粉・醤油・塩・菜種油・とうもろこし油・加工でん粉  
カゼイン Na・甘味料(ソルビトール)・アミノ酸・キサンタンガム  
アロチノイド色素 (卵・小麦・大豆を含む)

ウインナー：豚肉・食塩・香辛料・豚脂肪・でん粉・砂糖・ぶどう糖・アミノ酸  
ポリリン酸 Na・カゼイン Na・酸化防止剤・グリシン・発色剤  
(乳成分・豚肉・牛肉を含む)

塩サバ：鯖・塩

肉焼売：玉葱(国産)・鶏肉・豚脂・皮(小麦粉・食塩)・豚肉・粒状大豆たん白・砂糖・醤油  
粉末状大豆たん白・食用植物油・おろししょうが・食塩・醸造調味料・胡椒  
加工でん粉・調味料(アミノ酸等)・pH 調整剤・グリシン  
(一部に小麦・卵・胡麻・大豆・鶏肉・豚肉を含む)

野菜サラダ：キャベツ・レタス・ミニトマト

ロースハム：豚肉・水あめ・砂糖・食別性たん白・塩・卵たん白・乳たん白・加工でん粉  
カゼイン Na・リン酸 Na・酸化防止剤(ビタミン C)・クチナシ色素・発色剤  
香辛料

ドレッシング(おろし醤油)：醤油(国内製造)(醤油・生醤油)・大根加工品(大根・醸造酢)  
ぶどう糖果糖液糖・醸造酢・大根・食塩、かつお節エキス  
こんぶエキス・しいたけエキス、ゆず果汁・調味料(アミノ酸等)  
増粘剤(加工でん粉・キサンタンガム) (一部に小麦・大豆を含む)

味付海苔：乾海苔・調味液(砂糖・醤油・塩・本味醂・削り節(そうだ鰹・サバ・昆布))

納豆：大豆・塩

味噌汁(若布・豆腐)：大豆・米・大麦・食塩・アミノ酸・甘味料・酒精・ビタミン B2  
若布・大豆

薄口醤油：アミノ酸液・食塩・糖類・脱脂加工大豆・小麦調味料 (アミノ酸等)  
甘味料 (サッカリン Na・日草)・保存料 (パラオキシ安息香酸)

濃口醤油：アミノ酸液・脱脂加工大豆・小麦・食塩・ぶどう糖・果糖液糖・カラメル色素  
調味料 (アミノ酸等)・甘味料 (甘草・ステビア)・保存料 (パラオキシ安息香酸)

味醂：もち米・米麴・醸造アルコール・糖類