

2026年1月 砺波青少年自然の家 レストラン アレルゲン表

砺波青少年自然の家 レストラン

2025.12.01更新



- ・○はそのアレルゲンに該当するもの、▲はコントミネーション注意喚起に該当するものです。
 - ・全ての食材を同じ揚げ油（白絞油）、調理器具にて調理しております。
 - ・誤配、誤った盛り付けなどの危険性を考慮し、特定食材の除去、特定食材の代替食の提供はお断りさせていただきます。アレルギー対応に関しては食物アレルギーについての注意事項をご覧ください。
 - ・アレルギー対応が必要な方は、食事提供開始10分前にレストランへ入場をお願いしております。必ず引率者と一緒にご入場くださいますようよろしくお願ひいたします。
 - ・ご利用当日、アレルギー詳細の質問にお答えできかねる場合がございます。必ず事前に事務所（☎0763-37-2002）にお問い合わせください。

富山県青少年自然の家 レストラン 成分表

2026年1月

月、水、金

	料理名	原材料、成分表	特定原材料 7品目	コンタミネーション
朝食	ミニハンバーグ	粒状植物性たん白、鶏肉、玉ねぎ、つなぎ、(パン粉、小麦粉)、牛脂、醤油砂糖、食塩、香辛料調味料(アミノ酸等)、リン酸塩、着色料(ココア) (一部に小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉) ケッチャップ：トマト、糖類(砂糖、ブドウ糖果糖液糖、ブドウ糖)醸造酢食塩、玉ねぎ、香辛料	小麦、乳	
	卵焼き	液卵(国内製造)、植物油脂、砂糖、しょうゆ、でん粉発酵調味料、かつお風味調味料、食塩／加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、カラチノイド色素 (一部に卵・乳成分・小麦・大豆を含む)	卵、乳、小麦	
昼食	ハムカツ	チヨップドハム(鶏肉(国産又は輸入)、豚肉、食塩、香辛料、グルコース、植物油脂)、衣(パン粉)／加工デンプン、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸)、くん液、増粘多糖類、トレハロース、酸化防止剤(V.C.)、発色剤(亜硝酸Na)、コチニール色素、(一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉を含む)	小麦、乳	
	中華スープ	卵、玉ねぎ、わかめ、鶏ガラ(食塩(国内製造、タイ製造)、乳糖、チキンエキス、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、食用油脂、こしょう、野菜エキス、酵母エキス／調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、酸味料、グルタミン酸カルシウム、ポリグルタミン酸、(一部に乳成分・鶏肉を含む))、醤油(小麦)	小麦、卵、乳	
夕食	サバの味噌煮	サバ、味噌、砂糖、本みりん、日本酒、醤油、生姜、ほうれん草(一部に小麦・大豆・サバを含む)	小麦	
	味噌汁	味噌：大豆、米、食塩 風味調味料：食塩、ブドウ糖、風味原料(鰹粉末、そうだかつおぶし粉末、鰹エキス乾燥シイタケ粉末)たんぱく加水分解物／調味料(アミノ酸等) すまし汁：風味調味料、酒、塩、醤油(小麦を含む) 具材：朝 すまし汁(えのき、豆腐)、夜(油揚げ(大豆)、ほうれん草)	小麦、卵	
	野菜サラダ	朝食：ミックス野菜(キャベツ、枝豆、コーン)、トマト 昼食・夕食：ミックス野菜(キャベツ、枝豆、コーン)		
	ポテトサラダ(朝食)	じやがいも(国産)、マヨネーズ、たまねぎ、にんじん、調味液(還元水あめ)食塩、卵黄、醸造酢、砂糖、酵母エキス)、砂糖、食塩、醸造酢、香辛料／調味料(アミノ酸等)酢酸ナトリウム、グリシン、増粘剤(キサンタンガム)、香辛料抽出物、(一部に卵・大豆を含む)	卵	
	ふりかけ(朝食)	いりごま(国内製造)、鰹削り節、乳糖、砂糖、食塩、醤油、加工油脂、小麦粉大豆加工品、のり、みりん、鰹節粉、海藻カルシウム、あおさ、エキス(鰹節、酵母魚介)、乳製品、卵黄粉末、抹茶、でん粉、ぶどう糖果糖液糖、デキストリン、還元水あめ、イースト／調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カラチノイド)、酸化防止剤(ビタミンE)、香料 (一部に卵・乳成分・小麦・ごま・大豆を含む)	小麦、乳、卵	
つけもの(朝食)(昼食)	大根ナス：大根、ナス、生姜、しそ、ゴマ、漬け原材料(アミノ酸、食塩)調味料、酸味料甘味料、保存料(一部にゴマを含む) 柴漬け：胡瓜、生姜、漬け原材料(食塩、醤油、小麦、大豆)醸造酢、大豆たんぱく加水分解物、／調味料(アミノ酸等)酸味料、保存料(ソルビン酸K)甘味料、着色料(赤106、赤102) (一部に小麦・大豆)	小麦		
混ぜ込みご飯(昼食)	わかめふりかけ：塩蔵わかめ、食塩、砂糖、調味料(アミノ酸等)			
白米(朝・夕)	てんたかく、もち米(富山県産)			
おひたし(昼食)	ほうれん草、小松菜、人参、しょうゆ(大豆・小麦を含む)(国内製造)、砂糖	小麦		
きんぴら(夕食)	ごぼう、人参醤油、砂糖、水あめ、植物油、発酵調味料、清酒、ごま、鰹だし、唐辛子／調味料酸味料、増粘剤(キサンタンガム)、カラメル色素(ゴマ・小麦を含む)	小麦		
スパゲッティサラダ(夕食)	スパゲッティ、人参、ほうれん草、塩、コショウ、マヨネーズ(食用植物油脂、卵黄、醸造酢、食塩、香辛料、調味料(アミノ酸等)香辛料抽出物(一部に小麦・卵・大豆・リンゴを含む))	小麦、卵		
ゼリー	砂糖混合ぶどう糖果糖液糖(国内製造)、水飴、ストロベリーピューレ、ストロベリー濃縮果汁／ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料			

富山県青少年自然の家 レストラン 成分表

2026年1月

火、木、土

	料理名	原材料、成分表	特定原材料 7品目	コンタミネーション
朝食	鮭の醤油漬け	鮭、醤油、砂糖、酒、みりん（一部に小麦を含む）	小麦	
	ソーセージボイル	豚肉、豚脂肪、でん粉、食塩、ぶどう糖、香辛料／pH調整剤、ポリリン酸Na、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(V.C)、カゼインNa(乳由来)、発色剤(亜硝酸Na)（一部に乳、豚肉を含む）	乳	
昼食	きつねうどん	めん：小麦粉、食塩／加工でんぶん（一部に小麦を含む） 出汁：料理酒、本みりん、醤油（小麦を含む）、白だし（食塙（国内製造）、蛋白加水分解物、しょうゆ、砂糖、かつおエキス、かつお節、米発酵調味料、ぶどう糖果糖液糖、昆布エキス、煮干いわし、昆布、醸造酢、酵母エキス／調味料（アミノ酸等）、酒精、（一部に小麦・大豆を含む）、昆布だし（しょうゆ（国内製造）、果糖ぶどう糖液糖、食塩、砂糖、昆布、昆布魚介エキス、かつおエキス、酵母エキス、マッシュルームだし、魚介たんぱく加水分解物、しいたけエキス、煮干エキス、かつお節エキス、そうだ節（粗碎）、みりん／アルコール、調味料（アミノ酸等）、酸味料、（一部に小麦・さば・大豆を含む））	小麦	
		油揚げ（大豆、植物油）（国内製造）、糖類（砂糖、果糖ぶどう糖液糖、水飴）、醤油、醸造酢、でん粉／カラメル色素、（一部に小麦・大豆を含む）	小麦	
	鶏つくね	鶏肉、たまねぎ、鶏皮、つなぎ（パン粉、でん粉、鶏卵）、鶏軟骨、しょうゆ、しょうが汁、酒類調味料、食塩、砂糖、香辛料、米粉、粉末卵白、脱脂粉乳、粉末状植物性たん白、小麦粉／加工でん粉、（一部に小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉を含む） ソース：醤油、砂糖、米発酵調味料、おろししょうが、香辛料、ハチミツ、醸造酢、魚介エキス、食用油、寒天／増粘剤（アミノ酸）、パブリカ色素、（一部に小麦・ゴマ・サバ・大豆・りんごを含む）	小麦、卵、乳	
夕食	豚汁	味噌：大豆、米、食塩 風味調味料：食塩、ブドウ糖、風味原料（鰹粉末、そだかつかぶし粉末、鰹エキス乾燥シタケ粉末）たんぱく加水分解物／調味料（アミノ酸等）具材：大根、人参、ネギ、蒟蒻、豚肉、ゴボウ		
	エビチリ	衣（小麦、でん粉、砂糖、植物油脂、食塩、卵白粉）、エビ、砂糖、食塩、揚げ油（大豆油、菜種油）／リン酸塩（Na）（一部に小麦・卵・エビ・大豆を含む） 糖類（水あめ（国内製造）、果糖ぶどう糖液糖）、食用植物油脂（なたね油、香味食用油）、醸造酢、食塩、トマトペースト、トマトケチャップ、甜麵醬（ごま・大豆を含む）、しょうゆ（小麦・大豆を含む）、ガーリックパウダー、乾燥たまねぎ、酵母エキス（大豆を含む）、おろししょうが、豆板醤（大豆を含む）、赤唐辛子／増粘剤（加工デンプン、増粘多糖類、寒天）、パブリカ色素、レンチン（大豆由来）、香辛料抽出物（一部に小麦・大豆・ゴマを含む）	小麦、卵、エビ	
		鶏肉（もも）、和風調味液、でん粉、※（でん粉、パン粉、食塩、粉末卵白、鶏卵、砂糖、小麦粉、米粉、植物油脂、香辛料）、揚げ油（大豆油）／加工でん粉、調味料（アミノ酸等）、キシリース、増粘多糖類。リン酸塩（Na、Ca）、乳化剤、カロチノイド色素、レンチン（大豆由来）、香辛料抽出物（一部に小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉を含む）	小麦、大豆、ゴマ	
夕食	味噌汁	味噌：大豆、米、食塩 風味調味料：食塩、ブドウ糖、風味原料（鰹粉末、そだかつかぶし粉末、鰹エキス乾燥シタケ粉末）たんぱく加水分解物／調味料（アミノ酸等） 具材：朝（しめじ、お麸）		
	野菜サラダ	朝食：ミックス野菜（キャベツ、枝豆、コーン）、トマト 昼食、夕食：ミックス野菜（キャベツ、枝豆、コーン）		
	ポテトサラダ（朝食）	じゃがいも（国産）、マヨネーズ、たまねぎ、にんじん、調味液（還元水あめ）食塩、卵黄、醸造酢、砂糖、酵母エキス）、砂糖、食塩、醸造酢、香辛料／調味料（アミノ酸等）酢酸ナトリウム、グリシン／増粘剤（キサンタンガム）、香辛料抽出物、（一部に卵・大豆を含む）	卵	
	ぶりかけ（朝食）	いりごま（国内製造）、鰹削り節、乳糖、砂糖、食塩、醤油、加工油脂、小麦粉大豆加工品、のり、みりん、鰯節粉、海藻カルシウム、あおさ、エキス（鰯節、酵母魚介）、乳製品、卵黄粉末、抹茶、でん粉、ぶどう糖果糖液糖、デキストリン、還元水あめ、イースト／調味料（アミノ酸等）、着色料（カラメル、カロチノイド）、酸化防止剤（ビタミンE）、香料 (一部に卵・乳成分・小麦・ごま・大豆を含む)	小麦、乳、卵	
	つけもの（朝食）（昼食）	大根ナス：大根、ナス、生姜、しそ、ゴマ、漬け原材料（アミノ酸、食塩）調味料、酸味料甘味料、保存料（一部にゴマを含む） 柴漬け：胡瓜、生姜、漬け原材料（食塩、醤油、小麦、大豆）醸造酢、大豆たんぱく加水分解物、／調味料（アミノ酸等）酸味料、保存料（ソルビン酸K）甘味料、着色料（赤106、赤102）（一部に小麦・大豆）	小麦	
夕食	混ぜ込みご飯（昼食）	わかめふりかけ：塩蔵わかめ、食塩、砂糖、調味料（アミノ酸等）		
	白米（朝、夕）	てんたかく、もち米（富山県産）		
	おひたし（昼食）	ほうれん草、小松菜、人参、しょうゆ（大豆・小麦を含む）（国内製造）、砂糖	小麦	
	きんぴら（夕食）	ごぼう、人参醤油、砂糖、水あめ、植物油、発酵調味料、清酒、ごま、鰯だし、唐辛子／調味料酸味料、増粘剤（キサンタンガム）、カラメル色素（ゴマ・小麦を含む）	小麦	
	スパゲッティサラダ（夕食）	スパゲッティ、人参、ほうれん草、塩、コショウ、マヨネーズ（食用植物油脂、卵黄、醸造酢、食塩、香辛料、調味料（アミノ酸等）香辛料抽出物（一部に小麦・卵・大豆・リンゴを含む））	小麦、卵	
	フルーツ	オレンジ		

富山県青少年自然の家 レストラン 成分表

2026年1月

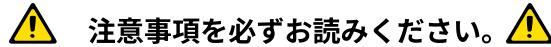
日

	料理名	原材料、成分表	特定原材料7品目	コンタミネーション
朝食	チーズオムレツ	液卵（国内製造）、油脂加工品（植物油脂、卵黄、食塩）、チーズ、乳等を主要原料とする食品、でん粉発酵調味料、植物油脂、食用卵殻粉、小麦粉、チーズフード、砂糖、食塩／加工でん粉、トレイロース、調味料（アミノ酸）、カロチノイド色素、（一部に卵・乳成分・小麦・大豆を含む）	小麦、卵 乳	
	チキンナゲット	鶏肉(タイ)、鶏皮、食塩、香辛料、衣(小麦粉、コーンフラワー、食塩、ホエイパウダー(乳製品)、酵母エキスパウダー、粉末卵白、香辛料)、揚げ油(バーム油)／加工でん粉、ベーキングパウダー、リン酸塩(Na)、着色料(カロチノイド)、(一部に小麦・卵・乳成分・鶏肉を含む)	小麦、卵、乳	
昼食	カレーライス	小麦粉(国内製造)、豚脂、砂糖、食塩、カレーパウダー、でんぶん、デキストリン、脱脂粉乳、オニオンパウダー、トマトパウダー、チーズ、粉末ソース、バナナペースト、はちみつ、全粉乳、酵母エキス、ココア、ポークエキス、粉乳小麦粉ルウ、ガーリックパウダー、りんごペースト、ホエイパウダー、しょゆ加工品、脱脂大豆、小麦発酵調味料／調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、増粘剤(グーガム)、乳化剤、酸味料、香料、コーヒー(一部に乳成分・小麦・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・りんごを含む) 具材：牛豚合いびき肉、ジャガイモ、人参、玉ねぎ、にんにく	小麦、乳	
	オニオンスープ	玉ねぎ、コーン、食塩(国内製造)、乳糖、砂糖、食用油脂、酵母エキス、香辛料、粉末しょうゆ、たん白加水分解物、しょうゆ、はくさいエキス、オニオンエキス、酵母エキス調味料、野菜エキス、果糖、酵母エキス発酵調味料、ビーフエキス調味料／調味料(アミノ酸等)、酸味料、カラメル色素、(一部に小麦・乳成分・牛・大豆を含む)	小麦、乳	
夕食	アジフライ	真アジ、衣(パン粉、小麦粉、小麦でん粉、食塩)／調味料(アミノ酸)、増粘剤(グーガム)、着色料(パブリカ色素)(小麦、大豆を含む) ソース(トンカツ)：野菜・果実(トマトにんじんりんごその他)醸造酢糖類(ぶどう糖果糖液糖砂糖)食塩コーンスター香辛料カラメル色素調味料(アミノ酸)	小麦	
	チキン南蛮	鶏むね肉、でん粉、揚げ油(大豆油)、全卵、酢、砂糖、パン粉、醤油、小麦粉、食塩、大豆たんぱく、植物油脂、卵黄粉、鰹エキス調味料、香辛料／糊料(加工でん粉、グーガム)リン酸塩、／調味料(アミノ酸)重曹、パブリカ色素 タルタルソース：食用植物油脂、卵、醸造酢、ピクルス、砂糖、食塩、乾燥玉ねぎ、ケーパーレッシュ、乾燥バセリ、乾燥レッドペルペバー／増粘剤(加工でんぶん、増粘多糖類)、調味料(アミノ酸等)、乳酸Ca、酸味料、香辛料抽出物(一部に小麦、乳、卵、大豆、鶏肉を含む)	小麦、卵、乳	
	味噌汁	味噌：大豆、米、食塩 風味調味料：食塩、ブドウ糖、風味原料(鰹粉末、そうだかつかぶし粉末、鰹エキス乾燥シタケ粉末)たんぱく加水分解物／調味料(アミノ酸等) 具材：朝(小松菜、油揚げ)、夜(お麸、わかめ)		
	野菜サラダ	朝食：ミックス野菜(キャベツ、枝豆、コーン)、トマト 昼食、夕食：ミックス野菜(キャベツ、枝豆、コーン)		
ボテトサラダ(朝食)		じゃがいも(国産)、マヨネーズ、たまねぎ、にんじん、調味液(還元水あめ)食塩、卵黄、醸造酢、砂糖、酵母エキス)、砂糖、食塩、醸造酢、香辛料／調味料(アミノ酸等)酢酸ナトリウム、グリシン、増粘剤(キサンタンガム)、香辛料抽出物、(一部に卵・大豆を含む)	卵	
納豆		大豆(遺伝子組換でない)、納豆菌、[添付たれ]水あめ混合異性化液糖、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、還元水あめ、食塩、かつおエキス、砂糖、こんぶエキス	小麦	
つけもの(朝食)(昼食)		大根ナス：大根、ナス、生姜、しそ、ゴマ、漬け原材料(アミノ酸、食塩)調味料、酸味料甘味料、保存料(一部にゴマを含む) 柴漬け：胡瓜、生姜、漬け原材料(食塩、醤油、小麦、大豆)醸造酢、大豆たんぱく加水分解物、／調味料(アミノ酸等)酸味料、保存料(ソルビン酸K)甘味料、着色料(赤106、赤102)(一部に小麦、大豆)	小麦	
混せ込みご飯(昼食)		わかめふりかけ：塩蔵わかめ、食塩、砂糖、調味料(アミノ酸等)		
白米(朝、夕)		てんたかく、もち米(富山県産)		
おひたし(昼食)		ブロッコリー、鰹節、しょうゆ(大豆・小麦を含む)	小麦	
きんぴら(夕食)		ごぼう、人参醤油、砂糖、水あめ、植物油、発酵調味料、清酒、ごま、鰹だし、唐辛子／調味料酸味料、増粘剤(キサンタンガム)、カラメル色素(ゴマ、小麦を含む)	小麦	
スパゲッティサラダ(夕食)		スパゲッティ、人参、ほうれん草、塩、コショウ、マヨネーズ(食用植物油脂、卵黄、醸造酢、食塩、香辛料、調味料(アミノ酸等)香辛料抽出物(一部に小麦、卵、大豆、りんごを含む))	小麦、卵	
クレープ		クリーム(乳等を主要原料とする食品(国内製造)、糖類(ぶどう糖、水あめ)、カスタードクリーム、でん粉、リキュール)、クレープ皮(小麦粉、糖類(水あめ、砂糖)、植物油脂、鶏卵、乳等を主要原料とする食品、加工米粉、卵たん白、食塩、ゼラチン)／加工デンプン、乳化剤、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、ベーキングパウダー、グリシン、着色料(クチナシ、紅麹)、香料、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチンを含む)	小麦、卵、乳	

2026年2月 研波青少年自然の家 レストラン アレルゲン表

砺波青少年自然の家 レストラン

2026.01.01更新



- ・○はそのアレルゲンに該当するもの、▲はコンタミネーション注意喚起に該当するものです。
 - ・全ての食材を同じ揚げ油（白絞油）、調理器具にて調理しております。
 - ・誤配、誤った盛り付けなどの危険性を考慮し、特定食材の除去、特定食材の代替食の提供はお断りさせていただきます。アレルギー対応に関しては食物アレルギーについての注意事項をご覧ください。
 - ・アレルギー対応が必要な方は、食事提供開始10分前にレストランへ入場をお願いしております。必ず引率者と一緒にご入場くださいますようよろしくお願ひいたします。
 - ・ご利用当日、アレルギー詳細の質問にお答えできかねる場合がございます。必ず事前に事務所（☎0763-37-2002）にお問い合わせください。

富山県青少年自然の家 レストラン 成分表

2026年2月

月、水、金

	料理名	原材料、成分表	特定原材料7品目	コントaminーション
朝食	ミニハンバーグ	粒状植物性たん白、鶏肉、玉ねぎ、つなぎ、(パン粉、小麦粉)、牛脂、醤油砂糖、食塩、香辛料調味料(アミノ酸等)、リン酸塩、着色料(ココア) (一部に小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉) ケッチャップ:トマト、糖類(砂糖、ブドウ糖果糖液糖、ブドウ糖)醸造酢食塩、玉ねぎ、香辛料	小麦、乳	
	卵焼き	液卵(国内製造)、植物油脂、砂糖、しょうゆ、でん粉発酵調味料、かつお風味調味料、食塩／加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、カラチノイド色素 (一部に卵・乳成分・小麦・大豆を含む)	卵、乳、小麦	
昼食	ハムカツ	チヨップドハム(鶏肉(国産又は輸入)、豚肉、食塩、香辛料、グルコース、植物油脂)、衣(パン粉)／加工デンプン、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸)、くん液、増粘多糖類、トレハロース、酸化防止剤(V.C.)、発色剤(亜硝酸Na)、コチニール色素、(一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉を含む)	小麦、乳	
	中華スープ	卵、玉ねぎ、わかめ、鶏ガラ(食塩(国内製造)、タイ製造)、乳糖、チキンエキス、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、食用油脂、こしょう、野菜エキス、酵母エキス／調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、酸味料、グルタミン酸カルシウム、ポリグルタミン酸、(一部に乳成分・鶏肉を含む))、醤油(小麦)	小麦、卵、乳	
夕食	サバの味噌煮	サバ、味噌、砂糖、本みりん、日本酒、醤油、生姜、ほうれん草(一部に小麦・大豆・サバを含む)	小麦	
	味噌汁	味噌:大豆、米、食塩 風味調味料:食塩、ブドウ糖、風味原料(鰹粉末、そだかつおぶし粉末、鰹エキス乾燥シイタケ粉末) たんぱく加水分解物／調味料(アミノ酸等) すまし汁:風味調味料、酒、塩、醤油(小麦を含む)	小麦、卵	
	野菜サラダ	朝食:ミックス野菜(キャベツ、枝豆、コーン)、トマト 昼食、夕食:ミックス野菜(キャベツ、枝豆、コーン)		
ポテトサラダ(朝食)		じゃがいも(国産)、マヨネーズ、たまねぎ、にんじん、調味液(還元水あめ)食塩、卵黄、醸造酢、砂糖、酵母エキス)、砂糖、食塩、醸造酢、香辛料／調味料(アミノ酸等)酢酸ナトリウム、グリシン、増粘剤(キサンタンガム)、香辛料抽出物、(一部に卵・大豆を含む)	卵	
ふりかけ(朝食)		いりごま(国内製造)、鰹削り節、乳糖、砂糖、食塩、醤油、加工油脂、小麦粉大豆加工品、のり、みりん、鰹粉、海藻カルシウム、あおさ、エキス(鰹節、酵母魚介)、乳製品、卵黄粉末、抹茶、でん粉、ぶどう糖果糖液糖、デキストリン、還元水あめ、イースト／調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カラチノイド)、酸化防止剤(ビタミンE)、香料 (一部に卵・乳成分・小麦・ごま・大豆を含む)	小麦、乳、卵	
つけもの(朝食)(昼食)		大根ナス:大根、ナス、生姜、しそ、ゴマ、漬け原材料(アミノ酸、食塩)調味料、酸味料甘味料、保存料(一部にゴマを含む) 柴漬け:胡瓜、生姜、漬け原材料(食塩、醤油、小麦、大豆)醸造酢、大豆たんぱく加水分解物、／調味料(アミノ酸等)酸味料、保存料(ソルビン酸K)甘味料、着色料(赤106、赤102) (一部に小麦、大豆)	小麦	
混ぜ込みご飯(昼食)		わかめふりかけ:塩蔵わかめ、食塩、砂糖、調味料(アミノ酸等)		
白米(朝、夕)		てんたかく、もち米(富山県産)		
おひたし(昼食)		ほうれん草、小松菜、人参、しょうゆ(大豆・小麦を含む)(国内製造)、砂糖	小麦	
きんぴら(夕食)		ごぼう、人参醤油、砂糖、水あめ、植物油、発酵調味料、清酒、ごま、鰹だし、唐辛子／調味料酸味料、増粘剤(キサンタンガム)、カラメル色素(ゴマ、小麦を含む)	小麦	
スペゲッティサラダ(夕食)		スペゲッティ、人参、ほうれん草、塩、コショウ、マヨネーズ(食用植物油脂、卵黄、醸造酢、食塩、香辛料、調味料(アミノ酸等)香辛料抽出物(一部に小麦、卵、大豆、リンゴを含む))	小麦、卵	
ゼリー		砂糖混合ぶどう糖果糖液糖(国内製造)、水飴、ストロベリーピューレ、ストロベリー濃縮果汁／ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料		

富山県青少年自然の家 レストラン 成分表

2026年2月

火、木、土

	料理名	原材料、成分表	特定原材料 7品目	コンタミネーション
朝食	鮭の醤油漬け	鮭、醤油、砂糖、酒、みりん（一部に小麦を含む）	小麦	
	ソーセージボイル	豚肉、豚脂肪、でん粉、食塩、ぶどう糖、香辛料／pH調整剤、ポリリン酸Na、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(V.C)、カゼインNa(乳由来)、発色剤(亜硝酸Na)（一部に乳、豚肉を含む）	乳	
昼食	きつねうどん	めん：小麦粉、食塩／加工でんぶん（一部に小麦を含む） 出汁：料理酒、本みりん、醤油（小麦を含む）、白だし（食塙（国内製造）、蛋白加水分解物、しょうゆ、砂糖、かつおエキス、かつお節、米発酵調味料、ぶどう糖果糖液糖、昆布エキス、煮干いわし、昆布、醸造酢、酵母エキス／調味料（アミノ酸等）、酒精、（一部に小麦・大豆を含む）、昆布だし（しょうゆ（国内製造）、果糖ぶどう糖液糖、食塩、砂糖、昆布、昆布魚介エキス、かつおエキス、酵母エキス、マッシュルームだし、魚介たんぱく加水分解物、しいたけエキス、煮干エキス、かつお節エキス、そうだ節（粗碎）、みりん／アルコール、調味料（アミノ酸等）、酸味料、（一部に小麦・さば・大豆を含む）	小麦	
		油揚げ（大豆・植物油）（国内製造）、糖類（砂糖、果糖ぶどう糖液糖、水飴）、醤油、醸造酢、でん粉／カラメル色素、（一部に小麦・大豆を含む）	小麦	
	鶏つくね	鶏肉、たまねぎ、鶏皮、つなぎ（パン粉、でん粉、鶏卵）、鶏軟骨、しょうゆ、しょうが汁、酒類調味料、食塩、砂糖、香辛料、米粉、粉末卵白、脱脂粉乳、粉末状植物性たん白、小麦粉／加工でん粉、（一部に小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉を含む） ソース：醤油、砂糖、米発酵調味料、おろししょうが、香辛料、ハチミツ、醸造酢、魚介エキス、食用油、寒天／増粘剤（アミノ酸）、パブリカ色素、（一部に小麦・ゴマ・サバ・大豆・りんごを含む）	小麦、卵、乳	
夕食	豚汁	味噌：大豆、米、食塩 風味調味料：食塩、ブドウ糖、風味原料（鰹粉末、そだかつかぶし粉末、鰹エキス乾燥シタケ粉末）たんぱく加水分解物／調味料（アミノ酸等）具材：大根、人参、ネギ、蒟蒻、豚肉、ゴボウ		
	エビチリ	衣（小麦、でん粉、砂糖、植物油脂、食塩、卵白粉）、エビ、砂糖、食塩、揚げ油（大豆油、菜種油）／リン酸塩（Na）（一部に小麦・卵・エビ・大豆を含む） 糖類（水あめ（国内製造）、果糖ぶどう糖液糖）、食用植物油脂（なたね油、香味食用油）、醸造酢、食塩、トマトペースト、トマトケチャップ、甜麺醬（ごま・大豆を含む）、しょうゆ（小麦・大豆を含む）、ガーリックパウダー、乾燥たまねぎ、酵母エキス（大豆を含む）、おろししょうが、豆板醤（大豆を含む）、赤唐辛子／増粘剤（加工デンプン、増粘多糖類、寒天）、パブリカ色素、レンチン（大豆由来）、香辛料抽出物（一部に小麦・大豆・ゴマを含む）	小麦、卵、エビ	
		鶏肉（もも）、和風調味液、でん粉、※（でん粉、パン粉、食塩、粉末卵白、鶏卵、砂糖、小麦粉、米粉、植物油脂、香辛料）、揚げ油（大豆油）／加工でん粉、調味料（アミノ酸等）、キシリース、増粘多糖類。リン酸塩（Na、Ca）、乳化剤、カロチノイド色素、レンチン（大豆由来）、香辛料抽出物（一部に小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉を含む）	小麦、大豆、ゴマ	
夕食	味噌汁	味噌：大豆、米、食塩 風味調味料：食塩、ブドウ糖、風味原料（鰹粉末、そだかつかぶし粉末、鰹エキス乾燥シタケ粉末）たんぱく加水分解物／調味料（アミノ酸等） 具材：朝（しめじ、お麸）		
	野菜サラダ	朝食：ミックス野菜（キャベツ、枝豆、コーン）、トマト 昼食、夕食：ミックス野菜（キャベツ、枝豆、コーン）		
	ポテトサラダ（朝食）	じゃがいも（国産）、マヨネーズ、たまねぎ、にんじん、調味液（還元水あめ）食塩、卵黄、醸造酢、砂糖、酵母エキス）、砂糖、食塩、醸造酢、香辛料／調味料（アミノ酸等）酢酸ナトリウム、グリシン／増粘剤（キサンタンガム）、香辛料抽出物、（一部に卵・大豆を含む）	卵	
	ぶりかけ（朝食）	いりごま（国内製造）、鰹削り節、乳糖、砂糖、食塩、醤油、加工油脂、小麦粉大豆加工品、のり、みりん、鰯節粉、海藻カルシウム、あおさ、エキス（鰯節、酵母魚介）、乳製品、卵黄粉末、抹茶、でん粉、ぶどう糖果糖液糖、デキストリン、還元水あめ、イースト／調味料（アミノ酸等）、着色料（カラメル、カロチノイド）、酸化防止剤（ビタミンE）、香料 (一部に卵・乳成分・小麦・ごま・大豆を含む)	小麦、乳、卵	
	つけもの（朝食）（昼食）	大根ナス：大根、ナス、生姜、しそ、ゴマ、漬け原材料（アミノ酸、食塩）調味料、酸味料甘味料、保存料（一部にゴマを含む） 柴漬け：胡瓜、生姜、漬け原材料（食塩、醤油、小麦、大豆）醸造酢、大豆たんぱく加水分解物、／調味料（アミノ酸等）酸味料、保存料（ソルビン酸K）甘味料、着色料（赤106、赤102）（一部に小麦・大豆）	小麦	
夕食	混ぜ込みご飯（昼食）	わかめふりかけ：塩蔵わかめ、食塩、砂糖、調味料（アミノ酸等）		
	白米（朝、夕）	てんたかく、もち米（富山県産）		
	おひたし（昼食）	ほうれん草、小松菜、人参、しょうゆ（大豆・小麦を含む）（国内製造）、砂糖	小麦	
	きんぴら（夕食）	ごぼう、人参醤油、砂糖、水あめ、植物油、発酵調味料、清酒、ごま、鰯だし、唐辛子／調味料酸味料、増粘剤（キサンタンガム）、カラメル色素（ゴマ・小麦を含む）	小麦	
	スパゲッティサラダ（夕食）	スパゲッティ、人参、ほうれん草、塩、コショウ、マヨネーズ（食用植物油脂、卵黄、醸造酢、食塩、香辛料、調味料（アミノ酸等）香辛料抽出物（一部に小麦・卵・大豆・リンゴを含む））	小麦、卵	
	フルーツ	オレンジ		

富山県青少年自然の家 レストラン 成分表

2026年2月

日

	料理名	原材料、成分表	特定原材料7品目	コンタミネーション
朝食	チーズオムレツ	液卵（国内製造）、油脂加工品（植物油脂、卵黄、食塩）、チーズ、乳等を主要原料とする食品、でん粉発酵調味料、植物油脂、食用卵殻粉、小麦粉、チーズフード、砂糖、食塩／加工でん粉、トレイロース、調味料（アミノ酸）、カロチノイド色素、（一部に卵・乳成分・小麦・大豆を含む）	小麦、卵 乳	
	チキンナゲット	鶏肉(タイ)、鶏皮、食塩、香辛料、衣(小麦粉、コーンフラワー、食塩、ホエイパウダー(乳製品)、酵母エキスパウダー、粉末卵白、香辛料)、揚げ油(バーム油)／加工でん粉、ベーキングパウダー、リン酸塩(Na)、着色料(カロチノイド)、(一部に小麦・卵・乳成分・鶏肉を含む)	小麦、卵、乳	
昼食	カレーライス	小麦粉(国内製造)、豚脂、砂糖、食塩、カレーパウダー、でんぶん、デキストリン、脱脂粉乳、オニオンパウダー、トマトパウダー、チーズ、粉末ソース、バナナペースト、はちみつ、全粉乳、酵母エキス、ココア、ポークエキス、粉乳小麦粉ルウ、ガーリックパウダー、りんごペースト、ホエイパウダー、しょゆ加工品、脱脂大豆、小麦発酵調味料／調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、増粘剤(グーガム)、乳化剤、酸味料、香料、コーヒー(一部に乳成分・小麦・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・りんごを含む) 具材：牛豚合いびき肉、ジャガイモ、人参、玉ねぎ、にんにく	小麦、乳	
	オニオンスープ	玉ねぎ、コーン、食塩(国内製造)、乳糖、砂糖、食用油脂、酵母エキス、香辛料、粉末しょうゆ、たん白加水分解物、しょうゆ、はくさいエキス、オニオンエキス、酵母エキス調味料、野菜エキス、果糖、酵母エキス発酵調味料、ビーフエキス調味料／調味料(アミノ酸等)、酸味料、カラメル色素、(一部に小麦・乳成分・牛・大豆を含む)	小麦、乳	
夕食	アジフライ	真アジ、衣(パン粉、小麦粉、小麦でん粉、食塩)／調味料(アミノ酸)、増粘剤(グーガム)、着色料(パブリカ色素)(小麦、大豆を含む)	小麦	
		ソース(トンカツ)：野菜・果実(トマトにんじんりんごその他)醸造酢糖類(ぶどう糖果糖液糖砂糖)食塩コーンスター香辛料カラメル色素調味料(アミノ酸)		
夕食	チキン南蛮	鶏むね肉、でん粉、揚げ油(大豆油)、全卵、酢、砂糖、パン粉、醤油、小麦粉、食塩、大豆たんぱく、植物油脂、卵黄粉、鰹エキス調味料、香辛料／糊料(加工でん粉、グーガム)リン酸塩、調味料(アミノ酸)重曹、パブリカ色素 タルタルソース：食用植物油脂、卵、醸造酢、ピクルス、砂糖、食塩、乾燥玉ねぎ、ケーパーレッシュ、乾燥バセリ、乾燥レッドペルペバー／増粘剤(加工でんぶん、増粘多糖類)、調味料(アミノ酸等)、乳酸Ca、酸味料、香辛料抽出物(一部に小麦、乳、卵、大豆、鶏肉を含む)	小麦、卵、乳	
	味噌汁	味噌：大豆、米、食塩 風味調味料：食塩、ブドウ糖、風味原料(鰹粉末、そうだかつおぶし粉末、鰹エキス乾燥シタケ粉末)たんぱく加水分解物／調味料(アミノ酸等) 具材：朝(小松菜、油揚げ)、夜(お麸、わかめ)		
	野菜サラダ	朝食：ミックス野菜(キャベツ、枝豆、コーン)、トマト 昼食、夕食：ミックス野菜(キャベツ、枝豆、コーン)		
	ポテトサラダ(朝食)	じゃがいも(国産)、マヨネーズ、たまねぎ、にんじん、調味液(還元水あめ)食塩、卵黄、醸造酢、砂糖、酵母エキス)、砂糖、食塩、醸造酢、香辛料／調味料(アミノ酸等)酢酸ナトリウム、グリシン、増粘剤(キサンタンガム)、香辛料抽出物、(一部に卵・大豆を含む)	卵	
	納豆	大豆(遺伝子組換でない)、納豆菌、[添付たれ]水あめ混合異性化液糖、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、還元水あめ、食塩、かつおエキス、砂糖、こんぶエキス	小麦	
	つけもの(朝食)(昼食)	大根ナス：大根、ナス、生姜、しそ、ゴマ、漬け原材料(アミノ酸、食塩)調味料、酸味料甘味料、保存料(一部にゴマを含む) 柴漬け：胡瓜、生姜、漬け原材料(食塩、醤油、小麦、大豆)醸造酢、大豆たんぱく加水分解物、／調味料(アミノ酸等)酸味料、保存料(ソルビン酸K)甘味料、着色料(赤106、赤102)(一部に小麦、大豆)	小麦	
	混せ込みご飯(昼食)	わかめふりかけ：塩蔵わかめ、食塩、砂糖、調味料(アミノ酸等)		
	白米(朝、夕)	てんたかく、もち米(富山県産)		
	おひたし(昼食)	ブロッコリー、鰹節、しょうゆ(大豆・小麦を含む)	小麦	
	きんぴら(夕食)	ごぼう、人参醤油、砂糖、水あめ、植物油、発酵調味料、清酒、ごま、鰹だし、唐辛子／調味料酸味料、増粘剤(キサンタンガム)、カラメル色素(ゴマ、小麦を含む)	小麦	
	スパゲッティサラダ(夕食)	スパゲッティ、人参、ほうれん草、塩、コショウ、マヨネーズ(食用植物油脂、卵黄、醸造酢、食塩、香辛料、調味料(アミノ酸等)香辛料抽出物(一部に小麦、卵、大豆、りんごを含む))	小麦、卵	
	クレープ	クリーム(乳等を主要原料とする食品(国内製造)、糖類(ぶどう糖、水あめ)、カスタードクリーム、でん粉、リキュール)、クレープ皮(小麦粉、糖類(水あめ、砂糖)、植物油脂、鶏卵、乳等を主要原料とする食品、加工米粉、卵たん白、食塩、ゼラチン)／加工デンプン、乳化剤、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、ベーキングパウダー、グリシン、着色料(クチナシ、紅麹)、香料、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチンを含む)	小麦、卵、乳	

2026年3月 研波青少年自然の家 レストラン アレルゲン表

砺波青少年自然の家 レストラン

2026.02.01更新



- ・○はそのアレルゲンに該当するもの、▲はコンタミネーション注意喚起に該当するものです。
 - ・全ての食材を同じ揚げ油（白絞油）、調理器具にて調理しております。
 - ・誤配、誤った盛り付けなどの危険性を考慮し、特定食材の除去、特定食材の代替食の提供はお断りさせていただきます。アレルギー対応に関しては食物アレルギーについての注意事項をご覧ください。
 - ・アレルギー対応が必要な方は、食事提供開始10分前にレストランへ入場をお願いしております。必ず引率者と一緒にご入場くださいますようよろしくお願ひいたします。
 - ・ご利用当日、アレルギー詳細の質問にお答えできかねる場合がございます。必ず事前に事務所（☎0763-37-2002）にお問い合わせください。

富山県青少年自然の家 レストラン 成分表

2026年3月

月、水、金

	料理名	原材料、成分表	特定原材料7品目	コンタミネーション
朝食	ミニ豆腐ハンバーグ	豆腐(国内製造)、鶏肉、植物油脂、人参、魚肉すり身、えだ豆、パン粉、粉末状植物性たん白、れんこん水煮、おろしにんにく、がらスープの素、食塩、澱粉、還元澱粉加水分解物、コショウ、しょうゆ、ひじき、かつおエキス調味料、ローストオニオンパウダー／調味料(アミノ酸等)、グリシン、保存料(しらこたん白)、甘味料(スクロース)、(一部に小麦・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉を含む)	小麦	
	卵焼き	液卵(国内製造)、植物油脂、砂糖、しょうゆ、でん粉発酵調味料、かつお風味調味料、食塩／加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、カラチノイド色素 (一部に卵・乳成分・小麦・大豆を含む)	卵、乳、小麦	
昼食	わかめうどん	めん：小麦粉、食塩／加工でんぶん(一部に小麦を含む) 具：わかめ、魚肉すり身、卵白、でん粉、砂糖、食塩、乾燥卵白、発酵調味料(卵を含む) 汁：料理酒、本みりん、醤油(小麦を含む)、白だし(食塩(国内製造)、蛋白加水分解物、しょうゆ、砂糖、かつおエキス、かつお節、米発酵調味料、ぶどう糖果糖液糖、昆布エキス、煮干いわし、昆布、醸造酢、酵母エキス／調味料(アミノ酸等)、酒精、(一部に小麦・大豆を含む))、昆布だし(しょうゆ(国内製造)、果糖ぶどう糖液糖、食塩、砂糖、昆布、昆布エキス、昆布魚介エキス、かつおエキス、酵母エキス、マッシュルームだし、魚介たんぱく加水分解物、しいたけエキス、煮干エキス、かつお節エキス、そうだ節(粗碎)、みりん／アルコール、調味料(アミノ酸等)、酸味料、(一部に小麦・さば・大豆を含む))	小麦、卵	
	アジフライ	真アジ、衣(パン粉、小麦粉、小麦でん粉、食塩)／調味料(アミノ酸)、増粘剤(グーガム)、着色料(パブリカ色素) (小麦、大豆を含む) ソース(トンカツ)：野菜・果実(トマトにんじんりんごその他)醸造酢糖類(ぶどう糖果糖液糖砂糖)食塩コーンスター香辛料カラメル色素調味料(アミノ酸)	小麦	
夕食	黒酢カラアゲ	カラアゲ：鶏カラアゲ：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) 黒酢あん：ぶどう糖果糖液糖(国内製造)、醸造酢(米黒酢、りんご酢、穀物酢)、醤油、水飴、砂糖、味醂、食塩、チキンエキス、寒天／増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、カラメル色素、調味料(アミノ酸等)、セルロース、pH調整剤、加工デンプン、香料、(一部に小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む)	小麦	
	チーズドッグ	ミックス粉(小麦粉、砂糖、コーンフラワー、でん粉、食塩、ぶどう糖、食用卵殻粉)(国内製造)、プロセスチーズ、植物油(大豆油)／膨張剤、乳化剤、調味料(アミノ酸等)、増粘多糖類、カラチノイド色素、香料、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆を含む)	小麦、卵、乳	
	味噌汁	味噌：大豆、米、食塩 風味調味料：食塩、ブドウ糖、風味原料(鰹粉末、そうだかつおぶし粉末、鰹エキス乾燥シタケ粉末)たんぱく加水分解物／調味料(アミノ酸等) すまし汁：風味調味料、酒、塩、醤油(小麦を含む) 具材：朝 すまし汁(えのき、豆腐)、夜(油揚げ(大豆)、ほうれん草)	小麦、卵	
	野菜サラダ	朝食：ミックス野菜(キャベツ、枝豆、コーン)、トマト 昼食、夕食：ミックス野菜(キャベツ、枝豆、コーン)		
ポテトサラダ(朝食)		じゃがいも(国産)、マヨネーズ、たまねぎ、にんじん、調味液(還元水あめ)食塩、卵黄、醸造酢、砂糖、酵母エキス)、砂糖、食塩、醸造酢、香辛料／調味料(アミノ酸等)酢酸ナトリウム、グリシン、増粘剤(キサンタンガム)、香辛料抽出物、(一部に卵・大豆を含む)	卵	
ふりかけ(朝食)		いりごま(国内製造)、鰹削り節、乳糖、砂糖、食塩、醤油、加工油脂、小麦粉大豆加工品、のり、みりん、鰹節粉、海藻カルシウム、あおさ、エキス(鰹節、酵母魚介)、乳製品、卵黄粉末、抹茶、でん粉、ぶどう糖果糖液糖、デキストリン、還元水あめ、イースト／調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カラチノイド)、酸化防止剤(ビタミンE)、香料 (一部に卵・乳成分・小麦・ごま・大豆を含む)	小麦、乳、卵	
つけもの(朝食)(昼食)		大根ナス：大根、ナス、生姜、しそ、ゴマ、漬け原材料(アミノ酸、食塩)調味料、酸味料甘味料、保存料(一部にゴマを含む) 柴漬け：胡瓜、生姜、漬け原材料(食塩、醤油、小麦、大豆)醸造酢、大豆たんぱく加水分解物／調味料(アミノ酸等)酸味料、保存料(ソルビン酸K)甘味料、着色料(赤106、赤102)(一部に小麦、大豆)	小麦	
混ぜ込みご飯(昼食)		わかめふりかけ：塩蔵わかめ、食塩、砂糖、調味料(アミノ酸等)		
白米(朝、夕)		コシヒカリ(富山県産)		
おひたし(昼食)		ほうれん草、小松菜、人参、しょうゆ(大豆・小麦を含む) (国内製造)、砂糖	小麦	
きんぴら(夕食)		ごぼう、人参醤油、砂糖、水あめ、植物油、発酵調味料、清酒、ごま、鰹だし、唐辛子／調味料酸味料、増粘剤(キサンタンガム)、カラメル色素(ゴマ、小麦を含む)	小麦	
スパゲッティサラダ(夕食)		スパゲッティ、人参、ほうれん草、塩、コショウ、マヨネーズ(食用植物油脂、卵黄、醸造酢、食塩、香辛料、調味料(アミノ酸等)香辛料抽出物(一部に小麦、卵、大豆、りんごを含む))	小麦、卵	
ゼリー		砂糖混合ぶどう糖果糖液糖(国内製造)、水飴、ストロベリーピューレ、ストロベリー濃縮果汁／ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料		

富山県青少年自然の家 レストラン 成分表

2026年1月

火、木、土

	料理名	原材料、成分表	特定原材料7品目	コントaminーション
朝食	鮭の醤油漬け	鮭、醤油、砂糖、酒、みりん（一部に小麦を含む）	小麦	
	ソーセージポイル	豚肉、豚脂肪、でん粉、食塩、ぶどう糖、香辛料／pH調整剤、ポリリン酸Na、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(V.C)、カゼインNa(乳由来)、発色剤(亜硝酸Na)（一部に乳、豚肉を含む）	乳	
昼食	中華スープ	卵、玉ねぎ、わかめ、鶏ガラ（食塩(国内製造、タイ製造)、乳糖、チキンエキス、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、食用油脂、こしょう、野菜エキス、酵母エキス／調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、酸味料、グルタミン酸カルシウム、ポリグルタミン酸、（一部に卵、乳成分・鶏肉を含む））、醤油（小麦）	小麦、卵、乳	
	フライドポテト	ばれいしょ、ブドウ糖、揚げ油（パーム油）		
夕食	鶏のカレーパン粉焼き	鶏ムネ肉、チキンブイヨン、澱粉、醤油、酒、砂糖、卵白粉、食塩、胡椒／ポリリン酸Na、（一部に小麦・卵・大豆・鶏肉を含む） パン粉（国内製造）、植物性たん白、食塩、カレー粉、にんにく末、コショウ、乾燥人参、粉末チーズ、ウコン末、乾燥ほうれん草、レッドペルペッパー／調味料（アミノ酸等）、アнатー色素、香料、バブリカ色素、（一部に小麦・乳成分・大豆を含む）	小麦、卵、乳	
	豚汁	味噌：大豆、米、食塩 風味調味料：食塩、ブドウ糖、風味原料（鰹粉末、そうだかつおぶし粉末、鰹エキス乾燥シタケ粉末）たんぱく加水分解物／調味料（アミノ酸等）具材：大根、人参、ネギ、蒟蒻、豚肉、ゴボウ		
	ヒレカツ	豚肉（アメリカ）、パン粉、小麦粉、食塩、乾燥おから、植物性たん白、香辛料／加工デンプン、増粘多糖類、炭酸Ca、調味料（アミノ酸）、香料、カロチノイド色素、（一部に小麦・乳成分・大豆・豚肉を含む） ソース（トンカツ）：野菜・果実（トマトにんじんりんごその他）醸造酢糖類（ぶどう糖果糖液糖砂糖）食塩コーンスターチ香辛料カラメル色素調味料（アミノ酸）	小麦、乳	
	味噌汁	味噌：大豆、米、食塩 風味調味料：食塩、ブドウ糖、風味原料（鰹粉末、そうだかつおぶし粉末、鰹エキス乾燥シタケ粉末）たんぱく加水分解物／調味料（アミノ酸等） 具材：朝（しめじ、お麸）		
	野菜サラダ	朝食：ミックス野菜（キャベツ、枝豆、コーン）、トマト 昼食、夕食：ミックス野菜（キャベツ、枝豆、コーン）		
	ポテトサラダ（朝食）	じゃがいも（国産）、マヨネーズ、たまねぎ、にんじん、調味液（還元水あめ）食塩、卵黄、醸造酢、砂糖、酵母エキス）、砂糖、食塩、醸造酢、香辛料／調味料（アミノ酸等）酢酸ナトリウム、グリシン、増粘剤（キサンタンガム）、香辛料抽出物、（一部に卵・大豆を含む）	卵	
	ふりかけ（朝食）	いりごま(国内製造)、鰹削り節、乳糖、砂糖、食塩、醤油、加工油脂、小麦粉大豆加工品、のり、みりん、鰹節粉、海藻カルシウム、あおさ、エキス(鰹節、酵母魚介)、乳製品、卵黄粉末、抹茶、でん粉、ぶどう糖果糖液糖、デキストリン、還元水あめ、イースト／調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、カロチノイド)、酸化防止剤(ビタミンE)、香料 (一部に卵・乳成分・小麦・ごま・大豆を含む)	小麦、乳、卵	
	つけもの（朝食）（昼食）	大根ナス：大根、ナス、生姜、しそ、ゴマ、漬け原材料（アミノ酸、食塩）調味料、酸味料甘味料、保存料（一部にゴマを含む） 柴漬け：胡瓜、生姜、漬け原材料（食塩、醤油、小麦、大豆）醸造酢、大豆たんぱく加水分解物、／調味料（アミノ酸等）酸味料、保存料（ソルビン酸K）甘味料、着色料（赤106、赤102）（一部に小麦、大豆）	小麦	
混ぜ込みご飯（昼食）	わかめふりかけ：塩蔵わかめ、食塩、砂糖、調味料（アミノ酸等）			
白米（朝、夕）	コシヒカリ（富山県産）			
おひたし（昼食）	ほうれん草、小松菜、人参、しょうゆ（大豆・小麦を含む）（国内製造）、砂糖	小麦		
きんぴら（夕食）	ごぼう、人参醤油、砂糖、水あめ、植物油、発酵調味料、清酒、ごま、鰯だし、唐辛子／調味料酸味料、増粘剤（キサンタンガム）、カラメル色素（ゴマ、小麦を含む）	小麦		
スパゲッティサラダ（夕食）	スパゲッティ、人参、ほうれん草、塩、コショウ、マヨネーズ（食用植物油脂、卵黄、醸造酢、食塩、香辛料、調味料（アミノ酸等）香辛料抽出物（一部に小麦、卵、大豆、リンゴを含む））	小麦、卵		
フルーツ	オレンジ			

富山県青少年自然の家 レストラン 成分表

2026年1月

日

	料理名	原材料、成分表	特定原材料7品目	コンタミネーション
朝食	チーズオムレツ	液卵（国内製造）、油脂加工品（植物油脂、卵黄、食塩）、チーズ、乳等を主要原料とする食品、でん粉発酵調味料、植物油脂、食用卵殻粉、小麦粉、チーズフード、砂糖、食塩／加工でん粉、トレハロース、調味料（アミノ酸）、カロチノイド色素、（一部に卵・乳成分・小麦・大豆を含む）	小麦、卵 乳	
	チキンナゲット	鶏肉(タイプ)、鶏皮、食塩、香辛料、衣(小麦粉、コーンフラワー、食塩、ホエイパウダー(乳製品)、酵母エキスパウダー、粉末卵白、香辛料)、揚げ油(バーム油)／加工でん粉、ベーキングパウダー、リン酸塩(Na)、着色料(カロチノイド)、(一部に小麦・卵・乳成分・鶏肉を含む)	小麦、卵、乳	
昼食	カレーライス	食用油脂（国内製造）(バーム油、なたね油)、小麦粉、砂糖、食塩、でん粉、カレー粉、ポテトフレーク、ポークパウダー、白菜エキスパウダー、さつまいもパウダー、香辛料、野菜ペースト(大豆油、なたね油、玉ねぎ、かぼちゃ、ほうれん草、人参、やまいも、モロヘイヤ、脱脂大豆)、ミルボワパウダー(デキストリン、砂糖、食塩、玉ねぎエキス、ソテー・ド・オニオン、人参エキス、セロリ、その他)、ローストキャベツパウダー、酵母エキス調味料／調味料（アミノ酸等）、カラメル色素、酸味料、乳化剤、(一部に小麦・大豆・鶏肉・豚肉・やまいもを含む) 具材：牛豚合いびき肉、ジャガイモ、人参、玉ねぎ、にんにく	小麦	
	オニオンスープ	玉ねぎ、コーン、食塩(国内製造)、乳糖、砂糖、食用油脂、酵母エキス、香辛料、粉末しょうゆ、たん白加水分解物、しょうゆ、はくさいエキス、オニオンエキス、酵母エキス調味料、野菜エキス、果糖、酵母エキス発酵調味料、ビーフエキス調味料／調味料（アミノ酸等）、酸味料、カラメル色素、(一部に小麦・乳成分・牛肉・大豆を含む)	小麦、乳	
	ハンバーグ	鶏肉（国産）、粒状植物性たん白、玉ねぎ、パン粉、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）、リン酸塩(Na)（一部に小麦・乳・牛・肉、鶏肉、大豆を含む） デミグラスソース(野菜ペースト(乳成分を含む)、小麦粉、その他)(国内製造)、糖類(水あめ、砂糖)、トマトペースト、醸造酢、ビーフ香味ペースト(牛・ゼラチン・大豆・りんごを含む)、食塩、酵母エキス／増粘剤(加工でん粉)、カラメル色素、調味料(アミノ酸等)（一部に小麦・乳・牛肉・鶏肉・ゼラチン・大豆・りんご・豚肉を含む）	小麦、乳	
夕食	餃子	豚肉、キャベツ、小麦粉、豚脂、澱粉、玉ねぎ、砂糖、にんにく油、にんにく、にら、食塩、ラード、小麦グルテン、醤油、しょうが、オイスタークリーミー、紹興酒、香辛料、菜種油／調味料（アミノ酸）、トレハロース、かんすい、カラメル色素、(一部に小麦・大豆・豚肉を含む)	小麦	
	エビチリ	衣(小麦、でん粉、砂糖、植物油脂、食塩、卵白粉)、エビ、砂糖、食塩、揚げ油(大豆油、菜種油)／リン酸塩(Na)（一部に小麦・卵・エビ・大豆を含む） 糖類(水あめ(国内製造)、果糖ぶどう糖液糖、食用植物油脂(なたね油、香味食用油)、醸造酢、食塩、トマトペースト、トマトケチャップ、甜麵醬(ごま・大豆を含む)、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、ガーリックパウダー、乾燥たまねぎ、酵母エキス(大豆を含む)、おろししょうが、豆板醤(大豆を含む)、赤唐辛子／増粘剤(加工デンプン)、増粘多糖類、寒天、パブリカ色素、レシチン(大豆由来)、香辛料抽出物（一部に小麦・大豆・ゴマを含む）	小麦、卵、エビ 小麦	
	味噌汁	味噌：大豆、米、食塩 風味調味料：食塩、ブドウ糖、風味原料（鰹粉末、そうだかつおぶし粉末、鰹エキス乾燥シイタケ粉末）たんぱく加水分解物／調味料（アミノ酸等） 具材：朝（小松菜、油揚げ）、夜（お麸、わかめ）		
	野菜サラダ	朝食：ミックス野菜（キャベツ、枝豆、コーン）、トマト 昼食・夕食：ミックス野菜（キャベツ、枝豆、コーン）		
	ポテトサラダ（朝食）	じゃがいも（国産）、マヨネーズ、たまねぎ、にんじん、調味液（還元水あめ）食塩、卵黄、醸造酢、砂糖、酵母エキス）、砂糖、食塩、醸造酢、香辛料／調味料（アミノ酸等）酢酸ナトリウム、グリシン、増粘剤（キサンタンガム）、香辛料抽出物、(一部に卵・大豆を含む)	卵	
	納豆	大豆（遺伝子組換でない）、納豆菌、[添付たれ]水あめ混合異性化液糖、しょうゆ（小麦・大豆を含む）、還元水あめ、食塩、かつおエキス、砂糖、こんぶエキス	小麦	
つけもの (朝食) (昼食)		大根ナス：大根、ナス、生姜、しそ、ゴマ、漬け原材料（アミノ酸、食塩）調味料、酸味料甘味料、保存料（一部にゴマを含む） 柴漬け：胡瓜、生姜、漬け原材料（食塩、醤油、小麦、大豆）醸造酢、大豆たんぱく加水分解物／調味料（アミノ酸等）酸味料、保存料（ソルビン酸K）甘味料、着色料（赤106、赤102）（一部に小麦・大豆）	小麦	
	混ぜ込みご飯（昼食）	わかめふりかけ：塩蔵わかめ、食塩、砂糖、調味料（アミノ酸等）		
白米（朝、夕）		コシヒカリ（富山県産）		
おひたし（昼食）		ブロッコリー、鰹節、しょうゆ（大豆・小麦を含む）	小麦	
きんぴら（夕食）		ごぼう、人参醤油、砂糖、水あめ、植物油、発酵調味料、清酒、ごま、鰹だし、唐辛子／調味料酸味料、増粘剤（キサンタンガム）、カラメル色素（ゴマ、小麦を含む）	小麦	
スパゲッティサラダ（夕食）		スパゲッティ、人参、ほうれん草、塙、コショウ、マヨネーズ（食用植物油脂、卵黄、醸造酢、食塩、香辛料、調味料（アミノ酸等）香辛料抽出物（一部に小麦・卵・大豆・リンゴを含む））	小麦、卵	
クレープ		クリーム（乳等を主要原料とする食品)(国内製造)、糖類(ぶどう糖、水あめ)、カスタードクリーム、でん粉、リキュール)、クレープ皮（小麦粉、糖類(水あめ、砂糖)、植物油脂、鶏卵、乳等を主要原料とする食品、加工米粉、卵たん白、食塩、ゼラチン）／加工デンプン、乳化剤、増粘剤(加工デンプン)、増粘多糖類、ベーキングパウダー、グリシン、着色料(クチナシ、紅麹)、香料、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチンを含む）	小麦、卵、乳	