

2021ラボサマーキャンプ 本番食事メニューの成分表

ロッジ 据え置き	ドレッシング	(白フレンチ)食用植物油脂、果糖ブドウ糖液糖、醸造酢、食塩、オニオンジュース、卵黄、増粘剤<キサンタン>、調味料<アミノ酸>、香辛料、香辛料抽出物、【原材料の一部に大豆・りんごを含む】 (ノンオイル青じそドレッシング)糖類(砂糖・ぶどう糖果糖液糖)、醸造酢、醤油、かつおだし、食塩、酒精、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(キサンタンガム)、青じそエキス、香料、【小麦を原材料の一部に含む】
	醤油	食塩、脱脂加工大豆、小麦、大豆、保存料(安息香酸 Na)
	ウスターーソース	香辛料、カラメル色素、調味料(アミノ酸等)、酸味料、甘味料(ステビア・サッカリン Na)、【原材料の一部に大豆を含む】

1日目 夕食	ご飯	米
	ポークカレー	豚肉、人参、玉ねぎ、じゃがいも、植物油、カレールウ(小麦粉・豚脂・でんぷん・砂糖・カレーハウダー・食塩・香辛料・麦芽糖・オニオンハウダー・酵母エキス・粉末醤油・トマトハウダー・こんぶエキス・ぶどう糖・小麦発酵調味料・カラメル色素・乳化剤・酸味料・ビタミン酸鉄)
	福神漬	大根、胡瓜、茄子、生姜、ごま、漬け原材料(醤油、食塩、大豆たん白加水分解物)、調味料(アミノ酸等)、酸味料、甘味料(ステビア)、保存料(ソルビン酸 K)、香料、着色料(赤 102・黄 4・赤 102・黄 5)、(原材料の一部に大豆、小麦を含む)
	コロッケと 千切りキャベツ	コロッケ(じゃがいも・野菜パン粉・小麦粉・玉ねぎ・牛肉・牛脂・砂糖・粒状大豆たんぱく・でん粉・食塩・酵母・野菜エキス・調味料(アミノ酸等)・香辛料・バーリカ粉末・増粘多糖類・カラメル色素・水)、植物油、キャベツ
	コーンサラダ マヨネーズ和え	白菜、大根、コーン、マヨネーズ
	ぶどうゼリー	ぶどう果汁、糖類(果糖ブドウ糖液糖・砂糖)、難消化性デキストリン、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、クエン酸鉄 Na、水

2日目 朝食	ご飯	米
	みそ汁	大根、わかめ、長ネギ、味噌、だしの素
	鮭の塩焼き	塩鮭
	切干大根	人参、切干大根、砂糖、油揚げ、醤油(小麦を含む)、菜種油、昆布エキス、食塩、鰹節粉末、唐辛子/調味料(アミノ酸等)、ビタミンC、凝固剤
	かぼちゃの煮物	かぼちゃ、砂糖、醤油、みりん
	野沢菜	野沢菜、ソルビット、食塩、アミノ酸液、淡口醤油、調味料(アミノ酸等)、ソルビン酸 K、クエン酸、L-アスコルビン酸 Na、リン酸塩 Na、銅葉緑葉、清水
	味のり	乾海苔、味付調味液(砂糖・醤油・食塩・水あめ・醸造調味料・エキス(海老・酵母・魚介)、削り節、昆布、調味料(アミノ酸等)、甘味料(ステビア)、香辛料、水

2日目 黒姫山 巣頂隊 食事	おにぎり(サケ)	ご飯、サケフレーク(白鮭・食塩)、海苔(乾のり)
	おにぎり(しそ昆布)	ご飯、しそ昆布(木耳・醤油・昆布・水あめ・砂糖・紫蘇・食塩・醸造酢・寒天・甘味料(ソルビトール)、調味料、酸味料、香料、【原材料の一部に小麦・大豆を含む】)、海苔(乾のり)
	おにぎり(ゆかり)	ご飯、ゆかり粉(赤しそ・食塩・砂糖・調味料(アミノ酸等)・L-グルタミン酸ナトリウム・5'-リボヌクレオチドナトリウム・リンゴ酸)
	唐揚げ	唐揚げ鶏(肉・しょうゆ・鶏卵・しょうがペースト・食塩・粉末状植物性たんぱく・にんにくペースト・香辛料・米粉・衣(でん粉)・小麦粉・鶏卵・醤油・砂糖・粉末状植物性たんぱく・食塩・にんにくペースト・米粉・香辛料)・揚げ油(パーム油) /加工でんぶん・調味料(アミノ酸等)・ポリリン酸 Na・キシロース・ベーキングパウダー・増粘剤(キサンタンガム)・着色料(カラテノイド)・【一部に小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉を含む】)、植物油
	きゅうりの塩もみ	きゅうり、食塩
	ペビーチーズ	ナチュラルチーズ、乳化剤
	魚肉ソーセージ	魚肉、結着材料(ペースト状小麦たんぱく・でん粉・粉末状大豆たんぱく)、植物油脂、砂糖、食塩、醸造酢、香味食用油、オニオンエキス、香辛料、かつおエキス、酵母エキス /加工でんぶん、炭酸Ca、調味料(アミノ酸等)、骨 Ca、着色料(ケチャップ・トマトペースト)、香辛料抽出物、香料、【一部にカニ・小麦・さけ・大豆を含む】
	バナナ	バナナ
	スポーツドリンク	果糖ぶどう糖液糖、塩化 Na、ローマンカセキス /酸味料、香料、塩化 K、乳酸 Ca、塩化 Mg、甘味料(ステビア)、ビタミン C

2日目 昼食	焼きそばパン	パン、中華麺、焼きそばソース、ウスターソース、紅生姜、油脂加工品、香味油 / 加工デンプン、酢酸Na、増粘剤(加工でんぶん・キサンタン)、乳化剤、着色料(カラメル・カロテノイド・アンドシアニン)、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、かんすい、酸味料、香料、セルロース、イーストフード、ユッカ抽出物、保存料(ソルビン酸K)、VC、香辛料抽出物【一部に乳成分・卵・小麦・ごま・大豆・豚肉・桃・りんごを含む】
	照焼ハンバーガー	パン、ハンバーグ、照り焼きソース、マヨネーズ／加工でんぶん、増粘剤(加工でんぶん・キサンタン)、酢酸(Na)、グリシン、乳化剤、調味料(アミノ酸)、カラメル色素、イーストフード、酸味料、香辛料抽出物、VC、(一部に乳成分・卵・小麦・牛肉・大豆・とり肉を含む)
	バナナ	バナナ
	スポーツドリンク	果糖ぶどう糖液糖、塩化Na、羅漢果エキス/酸味料、香料、塩化K、乳酸Ca、塩化Mg、甘味料(ステビア)、ビタミンC

おやつ	ぶどうゼリー	ぶどう果汁、糖類(果糖ブドウ糖液糖・砂糖)、難消化性デキストリン、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、クエン酸鉄Na、水
	オレンジゼリー	砂糖混合ぶどう糖果糖液糖、水あめ、柑橘混合濃縮果汁 / ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、カロチノイド色素、【一部にオレンジを含む】
	りんごゼリー	砂糖混合ぶどう糖果糖液糖、水あめ、りんご濃縮果汁、アップルピューレ / ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、着色料(クチナシ・紅花黄)、【一部にりんごを含む】

2日目 夕食	ご飯	米
	ポトフ	ワインナー(豚肉・豚脂・水・ぶどう糖・食塩・でん粉(じゃがいも)・調味料(アミノ酸)・ポリリン酸Na・砂糖・乳清・酸化防止剤(ビタミンC)・香辛料抽出・発色剤・【本品製造工場では小麦・卵・牛肉・鶏肉・大豆・ゼラチンを含む製品を製造しています】)、玉ねぎ、じゃがいも、人参、アレルギー対応コンソメ、パセリフレーク
	鶏肉照り焼き	鶏肉、砂糖、醤油、みりん、酒、植物油
	フレンチポテト揚げ	フライドポテト(じゃがいも・パーム油・ぶどう糖・ピロリン酸Na)、植物油、食塩
	サラダ	レタス、きゅうり、ミニトマト、ツナフレーク(きはだまぐろ・大豆油・食塩・野菜エキス・水)
	ヨーグルト	生乳、砂糖、乳製品、寒天、香料

3日目 朝食	ホットロール	小麦粉、糖類、マーガリン、パン酵母、脱脂粉乳、卵、食塩、発酵風味料、植物油脂、乳化剤、イーストフード、VC、【原材料の一部に乳成分・卵・小麦・牛肉・大豆を含む】
	ロングワインナー	豚肉、豚脂、牛肉、鶏肉、食塩、砂糖、香辛料、植物性たんぱく加水分解物、粉あめ、水、カゼインNa、リン酸塩Na、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(ビタミンC)、発色剤(亜酢酸Na)
	ボイルキャベツ	キャベツ
	ケチャップ & マスタード	トマトミックスソース:トマト、ぶどう糖果糖液糖、醸造酢、食塩、玉ねぎ、パインアップル果汁、香辛料 / 増粘剤(加工でんぶん・キサンタンガム)、酸化防止剤(ビタミンC) マスタード:からし、醸造酢、植物油脂、食塩、香辛料、オニオンエキス、ガーリックペースト／増粘剤(加工でんぶん・キサンタンガム)、香辛料抽出、香料、【一部に大豆を含む】
	ツナサラダ	レタス、きゅうり、ミニトマト、ツナフレーク(きはだまぐろ・大豆油・食塩・野菜エキス・水)
	ミネストローネ	キャベツ、じゃがいも、玉ねぎ、人参、シェルマカロニ(デュラム小麦)、トマト缶(トマト・トマトピューレ・クエン酸)、植物油、アレルギー用コンソメ、食塩
	ジャム & マーガリン	(苺):糖類、苺、その他調味料、 (マーガリン):食用植物油脂、食塩、脱脂粉乳、乳化剤、その他調味料

3日目 昼食	ご飯	米
	牛丼	牛肉、玉ねぎ、白滝(こんにゃく粉・水酸化カルシウム(こんにゃく用凝固剤))、砂糖、醤油、酒、みりん、植物油、紅生姜(しょうが・漬け原材料(食塩・醸造酢) /酸味料・保存料(ソルビン酸K)・着色料(赤102・黄4))
	チンゲン菜のお浸し	チンゲン菜、かつお節、醤油
	ラボ汁	豚肉、大根、人参、ごぼう、こんにゃく(こんにゃく製粉・海藻粉末／水酸化カルシウム(こんにゃく用凝固剤))、長ネギ、じゃがいも、植物油、だしの素、味噌
3日目 夕食	ご飯	米
	チキンクリームシチュー	鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、クリームシチュー(小麦粉・植物油脂・砂糖粉乳混合品・でんぷん・食塩・デキストリン・砂糖・乳糖調製品・玉ねぎ加工品・オニオンパウダー・チーズ・酵母エキス・チキンブイヨン・野菜エキス・ホーケキス・しょう油加工品・香辛料・調味油・バターミルクパウダー・調味料(アミノ酸等)・香料・乳化剤・酸味料・酸化防止剤(ビタミン E・ビタミンC)
	海藻サラダ	海藻サラダ(わかめ・赤角又・白木耳・黄角又・茎わかめ・糸寒天・赤姫のり)、レタス、きゅうり、ミニトマト
	豚しゃぶ	豚肉、もやし、ポン酢(醤油・醸造酢・糖類(砂糖・果糖ぶどう糖液糖)、たんぱく加水分解物、ゆず果汁・食塩・醤油・調味料、レモン果汁・しいたけエキス・削りぶし(かつお・さば)、昆布エキス・にほし/調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料、【一部に小麦・さば・大豆を含む】)
4日目 朝食	乳酸菌飲料	砂糖混合ぶどう糖果糖液糖、脱脂粉乳、砂糖、ブドウ糖、スター、香料、酸味料、甘味料(アセスルファム K・スクロース)、調合水
	ご飯	米
	みそ汁	豆腐(豆乳・デキストリン・豆腐用凝固剤・水)、わかめ、長ネギ、味噌、だしの素
	鯖の味噌漬け焼き	鯖、味噌(赤味噌・白味噌(大豆・米・食塩)・ソルビトール・ごま油・調味料(アミノ酸)・紅麹色素・水溶性アノート色素)
	厚焼き玉子	液卵、果糖ブドウ糖液糖、砂糖、還元水あめ、しょうゆ、植物油脂、かつお風味調味料、食塩、加工でんぷん、調味料(アミノ酸等)、ph調整剤、カラチノイド色素、水
	ポテトサラダ	ポテトサラダ(じゃがいも・マヨネーズ・玉ねぎ・人参・砂糖・食塩・還元水あめ・水あめ・醸造酢・卵黄・香辛料・酵母エキス /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】)、きゅうり
	ひじき煮	ケリーンピース、竹の子水煮、人参、砂糖、干しひじき、醤油(小麦を含む)、油揚げ、米発酵調味料、菜種油、昆布エキス、鰹節粉末 /調味料(アミノ酸等)、ビタミン C、凝固剤
	白菜漬け	白菜、漬け原材料(食塩)、調味料(アミノ酸)、酸味料、酸化防止剤(ビタミンC)、キトサン、【原材料の一部にカニを含む】
4日目 昼食	緑茶(パック飲料)	緑茶/ビタミンC
	昆布おにぎり	米、昆布、還元水飴、食塩、醸造酢、酵母エキス、酒精、酸味料、野菜色素(V・B1)海苔
	鮭おにぎり	米、秋鮭、コーンサラダ油、米発酵調味料、食塩、調味料(アミノ酸)、酸化防止剤(ビタミンC)、ナイアシン、紅麹色素、パブリカ色素、海苔、植物タンパク加水分解物
	中華ポテト	さつまいも、植物油脂、ブドウ糖(原材料の一部に大豆を含む)
	ミートオムレツ	豚肉、鶏肉、鶏卵、砂糖、焼成油(なたね油、とうもろこし油)、みりん、醤油、食塩、加工澱粉、甘味料(ソルビーン)、ph調整剤、調味料アミノ酸、増粘剤(キサンタンガム)、カラチノイド色素
	シューマイ	食肉(豚肉、鶏肉)、野菜(玉ねぎ、生姜)、砂糖、醤油、ごま油、つなぎ(卵白、パン粉、澱粉、粉末状植物性たん白)、豚脂、老酒、粒状植物性たん白、ほたてエキス、オイスターソース、鶏がらスープ、コショウ、皮(小麦粉、澱粉、大豆油、異性化液糖)、調味料(アミノ酸)、ソルビット(原料の一部に含む)
	ブロッコリー	ブロッコリー
	マカロニサラダ	マカロニ、半固形状ドレッシング、人参、玉ねぎ、砂糖、食塩、醸造酢、香辛料、調味料(アミノ酸) 増粘多糖類 酵素 (原材料の一部に卵、乳製品、小麦、大豆を含む)
	あじ磯部揚げ	コーンスター、揚油(大豆油)、食塩、卵白粉、ベーキングパウダー、魚肉(イトヨリ、エソ)、澱粉(小麦含む)、大豆油、大豆蛋白、食塩、砂糖、ぶどう糖、みりん、増粘剤(加工澱粉)、炭酸Ca、調味料(アミノ酸)、塩化Ca、粉のり、小麦粉、卵黄粉、食塩、植物油)、乳化剤、ガゼインNa、着色料(V、B2)、(原材料に乳、大豆を含む)
	オイスターソース	かきエキス、砂糖、しょうゆ、酵母エキス調味料、食塩、たん白加水分解物、かつお魚醤、酵母エキス、グチエキス調味料、植物油脂)鶏油 /調味料(アミノ酸等)、酒精、糊料(加工でん粉、キサンタン)、水あめ、発酵調味料、デキストリン、酵母エキス発酵調味料 ,カラメル色素、香料、(一部に小麦・大豆・ゼラチンを含む)
トマトケチャップ	トマトケチャップ	トマト、砂糖、しょうゆ、酵母エキス調味料、食塩、たん白加水分解物、酵母エキス、グチエキス調味料、植物油脂)鶏油 /調味料(アミノ酸等)、酒精、糊料(加工でん粉、キサンタン)、水あめ、発酵調味料、デキストリン、酵母エキス発酵調味料 ,カラメル色素、香料、(一部に小麦・大豆・ゼラチンを含む)
	ミニ醤油	大豆、砂糖、しょうゆ、酵母エキス調味料、食塩、たん白加水分解物、かつお魚醤、酵母エキス、グチエキス調味料、植物油脂)鶏油 /調味料(アミノ酸等)、酒精、糊料(加工でん粉、キサンタン)、水あめ、発酵調味料、デキストリン、酵母エキス発酵調味料 ,カラメル色素、香料、(一部に小麦・大豆・ゼラチンを含む)