

2025 ラボ・サマーキャンプくろひめ 食事メニュー



ラボランドの食事は
地元産の野菜をはじめ
新鮮な食材を使って
調理しています
みなさん、
たくさん食べてくださいね♪

【2日目朝】黒姫山登頂隊の 朝食弁当

- ◎おにぎりサケフレーク
- ◎おにぎりしそ昆布
- ◎おにぎり ゆかり
- ◎からあげ
- ◎きゅうりの塩もみ
- ◎ベビーチーズ
- ◎魚肉ソーセージ
- ◎バナナ
- ◎スポーツドリンク

1日目 夕

- ◎ご飯
- ◎ポトフ
(ポークウインナー、玉ねぎ、
じゃがいも、にんじん、
パセリフレーク、
アレルギー用コンソメ)
- ◎鶏肉の照り焼き
- ◎フレンチポテト
- ◎サラダ
(レタス、きゅうり、
ツナフレーク、ミニトマト)
- ◎ヨーグルト



	朝	昼	夕
2 日 目	<ul style="list-style-type: none"> ◎ご飯 ◎みそ汁 (大根、しめじ、油あげ) ◎鮭の塩焼き ◎千切り野菜のソテー (キャベツ、にんじん、 ピーマン、玉ねぎ) ◎しゅうまい ◎切干大根煮 ◎味付けのり 	<p>★野外活動のお弁当(パン弁当)★</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎焼きそばロールパン ◎照り焼きハンバーガー ◎バナナ ◎スポーツドリンク 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ご飯 ◎みそ汁(油あげ、ほうれん草) ◎ハンバーグ ◎海藻サラダ (海藻、レタス、きゅうり、ミニトマト) ◎豚しゃぶ(豚肉、もやし) ◎乳酸菌飲料 
3 日 目	<ul style="list-style-type: none"> ◎ご飯 ◎みそ汁(とうふ、わかめ、長ねぎ) ◎さばのみそ漬け焼き ◎ウインナーソテー (ポークウインナー、 三色ピーマン、キャベツ) ◎厚焼き玉子 ◎ポテトサラダ ◎ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ◎牛丼 (ご飯、牛コマ、玉ねぎ、 しらたき、しめじ、紅しょうが) ◎チンゲン菜のお浸し ◎ラボ汁 (豚肉、大根、にんじん、ごぼう、 長ねぎ、こんにゃく、じゃがいも) 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ご飯 ◎ポークカレー ◎福神漬け ◎コロッケ 1個 ◎コーンサラダマヨネーズ和え 
4 日 目	<ul style="list-style-type: none"> ◎ホットロールパン 2個 ・ロングウインナー 1本 ・ポイルキャベツ ・ケチャップ&マスタード 1個 ・ジャム&マーガリン 1個 ◎ツナサラダ (ツナフレーク、レタス、 きゅうり、ミニトマト) ◎コーンポタージュスープ (コーン、たまねぎ、ベーコン) 	<p>★帰りのお弁当★</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎おにぎり(昆布・鮭) ◎中華ポテト ◎鶏からあげ ◎ミートオムレツ ◎シューマイ ◎ブロッコリー ◎マカロニサラダ ◎あじ磯辺揚げ ◎麦茶(500ml ペットボトル) 	<p>【調味料】</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎ドレッシング2種 ・白フレンチ ・青じそ ◎しょうゆ ◎ソース  <p>1日目の夕食時に配布します。 キャンプ中は、 ロッジの冷蔵庫で管理し、 4日目の朝食返却時に 戻してください。</p>

★★★「塩分チャージタブレット」の配布について★★★

野外活動等の際に、状況を見て配付します。※アレルギー成分があります。⇒ 成分表をご覧ください。

1 日 目 夕	ご飯	米
	ポトフ	ウインナー（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、食塩
	鶏肉の照り焼き	鶏肉、砂糖、醤油、みりん、酒、植物油
	フライドポテト	フライドポテト（じゃがいも・植物油脂/ピロリン酸）、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

2 日 目 黒 姫 山 登 頂 隊 食	おにぎり サケフレーク	ご飯、サケフレーク（白鮭・植物油〈大豆を含む〉・食塩/ソルビトール・Ph調整剤・調味料〈アミノ酸〉・酸化防止剤〈V・C〉着色料〈紅麹・クチナシ〉）、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）
	からあげ	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〉/加工でんぷん・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〈カロテノイド〉・【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
	ベビーチーズ	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/加工でんぷん、炭酸Ca、調味料（アミノ酸等）、骨Ca、着色料（クチナシ・トマトリコピン）、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、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	

野外活動で 状況を見て配布 塩分チャージ タブレット	砂糖(国内製造)、ブドウ糖、水飴、食塩、乳糖/クエン酸Na、クエン酸、乳化剤、塩化K、香料、フマル酸Na、着色料(ビタミンB ₂)
-------------------------------------	---

2 日 目 朝	ご飯	米
	みそ汁	大根、しめじ、刻み油揚げ（大豆・植物油/凝固剤）、味噌、顆粒だし
	鮭の塩焼き	塩鮭
	千切り野菜のソテー	キャベツ、人参、ピーマン、玉ねぎ、植物油、塩コショウ
	しゅうまい	野菜（玉ねぎ・しょうが）、つなぎ（パン粉・加工でんぷん）、豚脂、粒状大豆たん白、鶏肉、しょうゆ、砂糖、食塩、かつお風味調味料、米みそ（だし入り）、香辛料、調味料（アミノ酸）、水、皮（小麦粉・水）、【アレルギー物質：小麦・大豆・乳・鶏肉・豚肉】（本品製造工場では卵・えび・カニを含む製品を生産しています）
	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
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 昼 パン 弁 当	焼きそばロール	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（加工でんぷん・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】
	照り焼きハンバーガー	パン、ハンバーグ、照り焼きソース、マヨネーズ/加工でんぷん、増粘剤（加工でんぷん・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
2 日 目 夕	ご飯	米
	みそ汁	ほうれん草、刻み油揚げ（大豆・植物油/凝固剤）、味噌、だしの素
	ハンバーグ	ハンバーグ（鶏肉・粒状植物性たんぱく・玉ねぎ・つなぎ〈パン粉・でん粉・粉末状植物性たんぱく・粉末卵白〉・豚脂・牛脂・しょうゆ・果糖ぶどう糖液糖・卵殻粉・食塩・発酵調味料・ポークエキス・加工油脂・にんにくペースト・キノブイオン・乳清たん白濃縮物・ゼラチン・調味料〈アミノ酸等〉・加工でんぷん・着色料〈カラメル〉・pH調整剤・グリシン・水）【含有アレルギー：小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン】、ハヤシルウ（食用油脂〈パーム油・なたね油〉・小麦粉・でん粉・砂糖・ソートオコノ・食塩・マツユルムブイオン・トマトソースパウダー・バナナ・ソースパウダー・トマトパウダー・ミルポワパウダー〈テキストリット〉・砂糖・食塩・玉ねぎエキス・ソートオコノ・人参エキス・セロリ・その他）・粉末醤油・香辛料・濃縮醤油・白菜エキスパウダー/着色料〈カラメル色素・パプリカ色素〉・調味料〈アミノ酸等〉・乳化剤・酸味料・香料・香辛料抽出物、【一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・りんごを含む】
	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
	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、スターター、香料、酸味料、甘味料（アセスルファムK・スクラロース）、調合水

3 日 目 朝	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 みそ漬け焼き	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〉・紅麴色素・水溶性アナトー色素）
	ウインナー ソテー	ウインナー （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】）、 三色ピーマン、キャベツ、植物油
	厚焼き玉子	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/加工でんぷん、調味料（アミノ酸等）、カロチノイド色素、【一部に卵・乳成分・小麦・大豆を含む】
	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
	ヨーグルト	生乳、砂糖、乳製品、寒天、香料
3 日 目 昼	ご飯	米
	牛丼の具	牛肉、玉ねぎ、しめじ、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・甘味料〈ステビア〉・保存料〈ソルビン酸K〉・着色料〈赤102〉・調味料〈アミノ酸等〉）
	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	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（小麦粉・豚脂・でんぷん・砂糖・カレーパウダー・食塩・香辛料・麦芽糖・トウモロコシパウダー・酵母エキス・粉末醤油・トマトパウダー・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・ピロリン酸鉄）
	福神漬け	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	コロッケ 《野菜（ばれいしょ・にんじん・ホールコーン・グリーンピース・玉ねぎ）、乾燥マッシュポテト、砂糖、パン粉、植物油脂、食塩、香辛料、衣（パン粉・でん粉・小麦粉・コーンフラワー・植物油脂・ショートニング植物性たんぱく・大豆粉）/加工でんぷん、調味料（アミノ酸）、増粘剤（グァーガム）、乳化剤、【一部に小麦・乳成分・大豆・豚肉・牛肉を含む】、植物油
	コーンサラダ マヨネーズ 和え	白菜、大根、コーン、ミニトマト、マヨネーズ

4 日 目 朝	ホット ロールパン	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、V C、【原材料の一部に乳成分・卵・小麦・牛肉・大豆を含む】
	ロング ウインナー	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（亜硝酸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（加工でんぷん・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（加工でんぷん・キサンタンガム）、香辛料抽出、香料、【一部に大豆を含む】
	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
	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）
	コーン スープ	コーン、玉ねぎ、ベーコン （豚バラ肉・糖類〈乳糖・水飴・砂糖〉・食塩・卵たんぱく・乳たんぱく・大豆たんぱく・加水イソNa・リン酸塩Na・しょうゆ・増粘多糖類・調味料〈アミノ酸〉・酸化防止剤〈ビタミンC〉・保存料〈ソルビン酸K〉・着色料〈ラック・クチナシ〉・香辛料・発色剤〈亜硝酸Na〉・【アレルギー物質：乳成分・卵・小麦・大豆・豚肉】）、 コーンスープ （スイートコーン・デキストリン・小麦粉・脱脂粉乳・砂糖・でん粉・食塩・食用油脂・チーズ・酵母エキス・香辛料・調味料〈アミノ酸等〉・増粘剤〈グァーガム〉・香料、【牛肉を原材料の一部を含む】）、 牛乳

※4日目 昼(帰りのお弁当)は次ページに ↓

4 日 目 昼 帰 り の お 弁 当	昆布 おにぎり	米:長野県産コシヒカリ100% 塩昆布: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) 焼海苔
	鮭 おにぎり	米:長野県産コシヒカリ100% 鮭フレーク: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、紅麴色素、パプリカ色素 焼海苔: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)
	鶏からあげ	鶏肉、馬鈴薯澱粉、小麦粉、パプリカ、卵、醤油、食塩、にんにく、しょうが、チキンエキス、白コショウ、ポリリン酸Na、大豆油、(原料の一部に小麦を含む)、調味料(アミノ酸)、粉末大豆タンパク
	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)、カロチノイド色素、
	ポーク 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(原料の一部を含む)
	ブロッコリー	冷凍ブロッコリー
	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 磯辺揚げ	冷凍あじコーンスターチ、揚げ油(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、かつお魚醬、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、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、かつお魚醬、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)
	麦茶	麦茶/(*500mlペットボトル)

ラボラントで使用する調味料一覧	砂糖	原料糖
	植物油	ペットボトル（食用なたね油）、一斗缶（食用大豆油・食用なたね油/シリコーン）
	食塩	天日塩/炭酸マグネシウム
	醤油	脱脂加工大豆、食塩、小麦、大豆/アルコール
	塩コショウ	食塩、こしょう、コーングリッツ、上新粉、馬鈴薯でん粉、酵母エキス/調味料（アミノ酸糖）
	酢	穀類【小麦・米・コーン）、アルコール、食塩、酒かす
	めんつゆ	しょうゆ（小麦・大豆を含む）、果糖ブドウ糖液糖、食塩、砂糖、水あめ、かつお節（粗砕）、かつお節エキス、魚介たんぱく加水分解物、昆布エキス、昆布/アルコール、調味料（アミノ酸等）、酸味料
	みりん	水あめ、米・米こうじの醸造調味料、たんぱく加水分解物、食塩/酒精
	料理酒	醸造調味料(米・米麴・食塩)、ぶどう糖果糖液糖、食塩/アルコール、調味料（アミノ酸等）、酸味料
	ごま油	食用ごま油、食用大豆油
	中濃ソース	野菜・果実（りんご・トマト・たまねぎ・その他）、糖類（砂糖・ぶどう糖果糖液糖）、醸造酢、食塩、澱粉、アミノ酸液、香辛料/カラメル色素、（一部に大豆・りんごを含む）
	ウスターソース	糖類（砂糖・ぶどう糖果糖液糖）、醸造酢、食塩、野菜・果実（トマト・玉ねぎ・りんご・その他）、アミノ酸液、香辛料/カラメル色素、（一部に大豆・りんごを含む）
	マヨネーズ	食用植物油脂（国内製造）、卵、砂糖、醸造酢、食塩、香辛料、酵母エキスパウダー/増粘剤（加工でんぷん・キサンタンガム）、調味料（アミノ酸等）、酸味料、香辛料抽出物、甘味料（ステビア）、（一部に卵・大豆を含む）
	味噌	大豆、米、食塩、酒精
	ケチャップ	トマト、ぶどう糖果糖液糖、醸造酢、食塩、玉ねぎ、香辛料
	顆粒だし	食塩、砂糖、風味原料（かつお節粉末・かつおエキス）、調味料（アミノ酸等）
	中華だし	食塩、デキストリン、ポークエキスパウダー、砂糖、チキンエキスパウダー、ジンジャーパウダー、調味動物油脂、オニオンパウダー、チキンパウダー、こしょう、ガーリックパウダー、発酵酵母エキスパウダー//調味料（アミノ酸等）、pH調整剤、（一部に大豆・鶏肉・豚肉を含む）
	鶏ガラスープ	食塩、デキストリン、チキンエキスパウダー、鶏脂、オニオンエキスパウダー、丸鶏パウダー、キャベツエキスパウダー、こしょう、にんじんエキスパウダー、発酵酵母エキスパウダー//調味料（アミノ酸等）、Ph調整剤、【一部に鶏肉を含む】
	アレルギー用コンソメ	食塩、デキストリン、麦芽糖、チキンコンソメパウダー、ぶどう糖、酵母エキスパウダー、たんぱく加水分解物、チキンエキスパウダー、鶏脂、砂糖、魚醤パウダー、香辛料、トマトパウダー、オニオンエキスパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、香辛料抽出物、酸味料
	おろし生姜	生姜、食塩、酸味料、ビタミンB1,酒精、香料
焼き肉のたれ	醤油、アミノ酸液、砂糖、リンゴバルブ、発酵調味料、リンゴ酢、ごま油、にんにく、白ゴマ、香辛料、食塩/カラメル色素、（一部に小麦・ゴマ・大豆・リンゴを含む）	
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、醗酵調味料、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、にぼし/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】	
青じそドレッシング	醸造酢、しょうゆ、糖類（果糖ぶどう糖液糖・水あめ）、食塩、小麦たんぱく発酵調味料、たんぱく加水分解物、りんご、レモン果汁、梅肉、かつお節エキス、米醗酵調味料、ほたてエキス、にんじんエキス、オニオンエキス、青じそ、/酒精、調味料（アミノ酸等）、カラメル色素、香料、増粘剤（キサンタンガム）、甘味料（スクロール）、【一部に小麦・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む】	
フレンチドレッシング	食用植物油脂、糖類（砂糖・ぶどう糖果糖液糖）、醸造酢、食塩、香辛料・レモン果汁パウダー、卵黄/増粘剤（キサンタンガム）、調味料（アミノ酸）、香辛料抽出物、香料、酸味料、【一部に卵を含む】	

※ロッジ据え置き調味料： **醤油、ウスターソース、青じそドレッシング、フレンチドレッシング**
 ※献立によって、使用しない調味料も含まれています