海の中道青少年海の家　2026年11月4日～2027年3月31日メニューアレルゲン表　　コンパスグループ・ジャパン㈱ 2026年9月8日作成

朝食 （月・金曜日）	材料名	原材料	28品目 アレルゲン
炒り卵			
	卵そぼろ	液卵（国内製造）、植物油脂、乾燥卵白、かつお節エキス、でん粉発酵調味料、こんぶだし、食塩、しょうゆ／トレハロース、増粘多糖類、カロチノイド色素、（一部に卵・小麦・大豆を含む）	小麦、卵、大豆
	玉葱スライス（凍）	玉ねぎ ／［添加物］	
	食塩	海水（日本）／［添加物］	
スパゲティサラダ			
	スパゲティサラダ	スパゲティ、ドレッシング（食用植物油脂、砂糖類（粉末水あめ、砂糖）、鶏卵、醸造酢、食塩）、にんじん、砂糖、醸造酢/調味料（アミノ酸等）、グリシン、増粘剤（キサンタン）、酢酸Na、酵素、香辛料抽出物、（一部に小麦・卵・大豆を含む）／［添加物］	小麦、卵、大豆
チキンナゲット			
	チキンナゲット	鶏肉、小麦粉、鶏かわ、コーンフラワー、食塩、香辛料、でん粉、脱脂粉乳、卵白末、植物油、揚げ油（植物油）／ベーキングパウダー、ポリリン酸Na、調味料（アミノ酸）、（一部に卵・乳成分・小麦・鶏肉を含む）／［添加物］	小麦、卵、乳、鶏肉
	チキンナゲット	鶏肉、小麦粉、鶏皮、コーンフラワー、揚げ油（植物油脂）、でん粉、食塩、香辛料、植物油脂、植物性大豆たん白／リン酸塩（Na）、香料、調味料（アミノ酸）、膨張剤、パプリカ色素、（一部に小麦・鶏肉・大豆を含む）	小麦、大豆、鶏肉
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
ごはん			
	台湾米	米／［添加物］	
ほうれん草の味噌汁			
	みそ	大豆（輸入）、米、食塩／酒精 ／［添加物］	大豆
	昆布だしの素	食塩（国内製造、韓国製造）、砂糖類（グラニュー糖、ぶどう糖）、昆布粉末、昆布エキス／調味料（アミノ酸等）／［添加物］	
	ほうれん草（凍）	ほうれん草 ／［添加物］	
食パン			
	食パン	パン用粉（小麦粉、粉末麦芽）（国内製造）、小麦粉、砂糖混合ぶどう糖果糖液糖、マーガリン、パン酵母、乳等を主要原料とする食品、食塩/増粘剤（アルギン酸）、乳化剤、pH調整剤、イーストフード、香料、V.C、（一部に小麦・乳成分・大豆を含む）	小麦、乳、大豆
いちごジャム			
	いちごジャム	糖類（水あめ（国内製造）、砂糖）、いちご／ゲル化剤（ペクチン）、酸味料	
キャベツの千切り（せんぎり）サラダ			
	キャベツ千切り	キャベツ	

※仕入れ、商品の変更により内容が異なる場合がございます。ご了承ください。

海の中道青少年海の家　2026年11月4日～2027年3月31日メニューアレルゲン表　　コンパスグループ・ジャパン㈱ 2026年9月8日作成

昼食 （月・金曜日）	材料名	原材料	28品目 アレルゲン
味噌ラーメン			
	中華麺	めん（小麦粉（国内製造）、小麦たん白、食塩、卵白（卵を含む）／かんすい、クチナシ色素）／［添加物］	小麦、卵
	鶏がらスープ丸鶏パウダー	食塩（国内製造）、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、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）/［添加物］	鶏肉
	昆布だしの素	食塩（国内製造、韓国製造）、砂糖類（グラニュー糖、ぶどう糖）、昆布粉末、昆布エキス／調味料（アミノ酸等）／［添加物］	
	上白糖	原料糖（オーストラリア製造又は国内製造又はその他）／［添加物］	
	みそ	大豆（輸入）、米、食塩／酒精 ／［添加物］	大豆
	ガーリンクパウダー	ガーリック（中国）、でん粉、食塩／調味料（アミノ酸）、増粘剤（グァーガム）／［添加物］	
	麻辣油	食用なたね油（国内製造）、唐辛子、花椒、食塩、にんにく、醸造酢／パプリカ色素、酸化防止剤（ビタミンE ）／［添加物］	
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
	もやし	もやし	
	にら	にら	
	人参千切り（凍）	にんじん ／［添加物］	
わかめごはん			
	台湾米	米／［添加物］	
	炊き込みわかめ	塩蔵わかめ（韓国製造、国内製造）、食塩、砂糖／調味料（アミノ酸等）／［添加物］調味料（アミノ酸等）（※添加物は原材料名欄の／に続けて表示しています。）	
コーンフライ			
	コーンたっぷりフライ	スィートコーン、じゃがいも、パン粉、でん粉、小麦粉 、砂糖、食塩、香辛料、衣（パン粉、小麦粉、でん粉、食塩）／調味料（アミノ酸等）、増粘剤（グァーガム）、乳化剤、パプリカ色素、（一部に小麦・大豆を含む）／［添加物］	小麦、大豆
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
ポテトサラダ			
	ポテトサラダ	ばれいしょ、ドレッシング（食用植物油脂、卵黄、醸造酢、食塩、乳たんぱく、砂糖）、にんじん、たまねぎ、 砂糖、食塩、醸造酢、香辛料／調味料（アミノ酸等）、増粘多糖類、酵素、香辛料抽出物、（一部に小麦・卵・乳成分・大豆を含む）／［添加物］	小麦、卵、乳、大豆
キャベツの千切り（せんぎり）サラダ			
	キャベツ千切り	キャベツ	
ブロッコリー			
	ブロッコリー	ブロッコリー ／［添加物］	
アセロラゼリー			
	アセロラゼリー	アセロラ果汁（国内製造）、果糖ぶどう糖液糖／ゲル化剤（増粘多糖類）、加工でん粉、酸味料、野菜色素、クチナシ色素、香料、カロチノイド色素／【添加物】	

※仕入れ、商品の変更により内容が異なる場合がございます。ご了承ください。

海の中道青少年海の家　2026年11月4日～2027年3月31日メニューアレルゲン表　　コンパスグループ・ジャパン㈱ 2026年9月8日作成

夕食 （月・金曜日）	材料名	原材料	28品目 アレルゲン
フライドチキン			
	フライドチキン	鶏むね肉、衣（小麦粉、ミックス粉、食塩、米粉、加工デンプン）、タピオカでん粉、コーンスターチ、米粉、パン粉、大豆蛋白、ぶどう糖、黒胡椒、食塩、グァーガム、重曹、Lグルタミン酸Na、パプリカ色素、砂糖、チキンパウダー、マルトデキストリン、チキンスープ、チキンオイル、チキンパウダー、でん粉、酵母エキス、水解植物蛋白、香辛料、アセチル化リン酸架橋デンプン、5’リボヌクレオチドニNa、食用香料（天然）	小麦、大豆、鶏肉
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
蒸し焼売			
	肉シュウマイ	たまねぎ（国産）、食肉（鶏肉、豚肉）、つなぎ（でん粉、パン粉）、粒状大豆たん白、豚脂、しょうゆ、砂糖、食塩、風味調味料（かつお等）、しょうがペースト、酵母エキス、皮（小麦粉、還元水あめ、大豆粉）／グリシン、調味料（アミノ酸等）、加工デンプン、酢酸Na、膨張剤、着色料（紅麹、ラック）、（一部に小麦・大豆・鶏肉・豚肉を含む）	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
	焼売	野菜[たまねぎ（中国産又は国産（5%未満））、キャベツ、しょうが]、皮（小麦粉）、豚脂、粒状大豆たん白、魚肉（たら）、鶏肉、パン粉（乳成分を含む）、砂糖、しょうゆ、食塩、風味調味料（かつお等）、香辛料、みそ／加工でん粉、調味料（アミノ酸等）／［添加物］	小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉
ナポリタンペンネ			
	ペンネ	デュラム小麦のセモリナ ／［添加物］	小麦
	食塩	海水（日本）／［添加物］	
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
	トマトケチャップ	トマト（輸入）、果糖ぶどう糖液糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料 ／［添加物］	
	上白糖	原料糖（オーストラリア製造又は国内製造又はその他）／［添加物］	
	食塩	海水（日本）／［添加物］	
	玉葱スライス（凍）	玉ねぎ ／［添加物］	
	スライスピーマン三食（凍）	ピーマン（緑・赤・黄）／［添加物］	
	パセリ	パセリ ／［添加物］	
フライドポテト（塩味）			
	フライドポテト	じゃがいも（遺伝子組み換えでない）、植物油脂、ブドウ糖/ピロリン酸Na ／［添加物］	
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
	食塩	海水（日本）／［添加物］	
ごはん			
	台湾米	米／［添加物］	
コーン入り中華スープ			
	鶏がらスープ丸鶏パウダー	食塩（国内製造）、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、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）/［添加物］	鶏肉
	食塩	海水（日本）／［添加物］	
	コーン（凍）	スウィートコーン ／［添加物］	
	玉葱スライス（凍）	玉ねぎ ／［添加物］	
キャベツの千切り（せんぎり）サラダ			
	キャベツ千切り	キャベツ	
ブロッコリー			
	ブロッコリー（凍）	ブロッコリー ／［添加物］	
プチクレープ（イチゴ）			
	プチクレープ（イチゴ）	乳等を主要原料とする食品（植物油脂、乳製品、その他）（国内製造）、糖類（砂糖、水あめ、果糖、ぶどう糖）、液卵、小麦粉、でん粉、マーガリン、いちご、全粉乳、植物油脂、ゼラチン、乾燥卵白／加工デンプン、乳化剤、香料、安定剤（増粘多糖類）、酸味料、着色料（紅麹、アナトー）、pH調整剤、（一部に小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチンを含む）／［添加物］	小麦、卵、乳、大豆、 ゼラチン

※仕入れ、商品の変更により内容が異なる場合がございます。ご了承ください。

海の中道青少年海の家　2026年11月4日～2027年3月31日メニューアレルゲン表　　コンパスグループ・ジャパン㈱ 2026年9月8日作成

朝食 （火・土曜日）	材料名	原材料	28品目 アレルゲン
オムレツ			
	オムレツ	液卵（国内製造）、でん粉、砂糖、食塩、醸造酢、小麦粉、植物油脂、焼き油（大豆油）／糊料（加工でん粉、 グァーガム）、着色料（ビタミンB2、カロテン）、（一部に卵・乳成分・小麦・大豆を含む）／［添加物］	小麦、卵、乳、大豆
マカロニサラダ			
	マカロニサラダ	マカロニ、ドレッシング（食用植物油脂、砂糖類（粉末水あめ、砂糖）、鶏卵、醸造酢、食塩、）、にんじん、砂糖、醸造酢/調味料（アミノ酸等）、グリシン、増粘剤（キサンタン）、酢酸Na、酵素、香辛料抽出物、（一部に小麦・卵・大豆を含む）／［添加物］	小麦、卵、大豆
ボイルウィンナー			
	ウインナー	豚肉（輸入、国産）、豚脂肪、糖類（水あめ、ぶどう糖、砂糖）、食塩、香辛料／加工デンプン、調味料（アミノ酸等）、リン酸塩（Na）、酸化防止剤（ビタミンC）、発色剤（亜硝酸Na）、（一部に豚肉を含む）	豚肉
ごはん			
	台湾米	米／［添加物］	
白菜の味噌汁			
	みそ	大豆（輸入）、米、食塩／酒精 ／［添加物］	大豆
	昆布だしの素	食塩（国内製造、韓国製造）、砂糖類（グラニュー糖、ぶどう糖）、昆布粉末、昆布エキス／調味料（アミノ酸等）／［添加物］	
	白菜	白菜	
	人参千切り（凍）	にんじん ／［添加物］	
食パン			
	食パン	パン用粉（小麦粉、粉末麦芽）（国内製造）、小麦粉、 砂糖混合ぶどう糖果糖液糖、マーガリン、パン酵母、乳等を主要原料とする食品、食塩/増粘剤（アルギン酸）、乳化剤、pH調整剤、イーストフード、香料、V.C、（一部に小麦・乳成分・大豆を含む）	小麦、乳、大豆
いちごジャム			
	いちごジャム	糖類（水あめ（国内製造）、砂糖）、いちご／ゲル化剤 （ペクチン）、酸味料	
キャベツの千切り（せんぎり）サラダ			
	キャベツ千切り	キャベツ	

※仕入れ、商品の変更により内容が異なる場合がございます。ご了承ください。

海の中道青少年海の家　2026年11月4日～2027年3月31日メニューアレルゲン表　　コンパスグループ・ジャパン㈱ 2026年9月8日作成

昼食 （火・土曜日）	材料名	原材料	28品目 アレルゲン
ボロネーゼパスタ			
	スパゲッティまたはペンネ	デュラム小麦のセモリナ ／［添加物］	小麦
	食塩	海水（日本）／［添加物］	
	玉葱スライス（凍）	玉ねぎ ／［添加物］	
	ミートソース	玉ねぎ、トマトペースト、植物油脂、砂糖、食塩、還元水あめ、動物油脂、粒状植物性たん白、にんにく、乾燥玉ねぎ、牛肉、乳等を主原料とする食品、香辛料、畜肉エキス／増粘剤（加工デンプン、キサンタンガム）、酸味料、調味料（アミノ酸等）、乳化剤、香料、（一部に小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉を含む）	小麦、乳、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉
	パセリ缶	パセリ ／［添加物］	
ベジタブルピラフ			
	台湾米	米／［添加物］	
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
	ミックスベジタブル	にんじん、スウィートコーン、グリンピース ／［添加 物］	
	昆布だしの素	食塩（国内製造、韓国製造）、砂糖類（グラニュー糖、ぶどう糖）、昆布粉末、昆布エキス／調味料（アミノ酸等）／［添加物］	
	食塩	海水（日本）／［添加物］	
チキンカツ			
	チキンカツ	鶏肉、パン粉、植物性たん白、でん粉、コンソメ、食塩 、香辛料、ガーリック調味料、デキストリン、乳たん白 、卵白末／加工デンプン、ポリリン酸Na、調味料（アミノ酸等）、酸化防止剤（ビタミンE）、カラメル色素 、酸味料、（一部に卵・乳成分・小麦・大豆・鶏肉を含む）	小麦、卵、乳、大豆、鶏肉
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
春雨サラダしそ風味			
	春雨サラダしそ風味	春雨、にんじん、きゅうりしょうゆ漬、砂糖、しょうゆ、きくらげ、醸造酢、食塩、赤じそフレーク／グリシン、調味料（アミノ酸等）、酢酸Na、増粘剤（キサンタン）、酵素、香料、酸味料、亜鉛含有酵母エキス、（一部に小麦・大豆を含む）／［添加物］	小麦、大豆
キャベツの千切り（せんぎり）サラダ			
	キャベツ千切り	キャベツ	
ブロッコリー			
	ブロッコリー	ブロッコリー ／［添加物］	
マスカットゼリー			
	マスカットゼリー	糖類（ぶどう糖、砂糖、水あめ、果糖）、ぶどう果汁（オーストラリア製造）／ゲル化剤（増粘多糖類）、酸味料、香料、クエン酸鉄Na／【添加物】	

※仕入れ、商品の変更により内容が異なる場合がございます。ご了承ください。

海の中道青少年海の家　2026年11月4日～2027年3月31日メニューアレルゲン表　　コンパスグループ・ジャパン㈱ 2026年9月8日作成

夕食 （火・土曜日）	材料名	原材料	28品目 アレルゲン
照焼きハンバーグ			
	ハンバーグ	鶏肉、たまねぎ、パン粉、粒状大豆たん白、醤油、食塩、香辛料、植物油脂／加工デンプン、調味料（アミノ酸）、リン酸塩（Na）、香料、カロチノイド色素、（一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉を含む）	小麦、乳、大豆、鶏肉
	上白糖	原料糖（オーストラリア製造又は国内製造又はその他）／［添加物］	
	濃口しょうゆ	食塩（メキシコ製造又はオーストラリア製造）、脱脂加工大豆、小麦／アルコール ／［添加物］	小麦、大豆
	片栗粉	加工でんぷん ／［添加物］	
アジフライ			
	アジフライ	あじ、食塩、衣[パン粉（大豆を含む）、小麦粉、小麦でん粉、食塩］／［添加物］調味料（アミノ酸）、乳化剤、増粘剤（グァーガム）、パプリカ色素	小麦、大豆
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
豚入り野菜炒め			
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
	キャベツ	キャベツ	
	豚小間（タンルート）	豚ウデ肉 ／［添加物］	豚
	中華野菜ミックス（凍）	たけのこ、いんげん、にんじん、ヤングコーン、くわい、きくらげ、マッシュルーム ／［添加物］	
	もやし	もやし	
	ガーリックパウダー	ガーリック（中国）、でん粉、食塩／調味料（アミノ酸）、増粘剤（グァーガム）／［添加物］	
	食塩	海水（日本）／［添加物］	
	昆布だしの素	食塩（国内製造、韓国製造）、砂糖類（グラニュー糖、ぶどう糖）、昆布粉末、昆布エキス／調味料（アミノ酸等）／［添加物］	
フライドポテト（塩味）			
	フライドポテト	じゃがいも（遺伝子組み換えでない）、植物油脂、ブドウ糖/ピロリン酸Na ／［添加物］	
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
	食塩	海水（日本）／［添加物］	
ごはん			
	台湾米	米／［添加物］	
青菜のすまし汁			
	昆布だしの素	食塩（国内製造、韓国製造）、砂糖類（グラニュー糖、ぶどう糖）、昆布粉末、昆布エキス／調味料（アミノ酸等）／［添加物］	
	食塩	海水（日本）／［添加物］	
	小松菜（凍）	小松菜 ／［添加物］	
	人参千切り（凍）	にんじん ／［添加物］	
キャベツの千切り（せんぎり）サラダ			
	キャベツ千切り	キャベツ	
ブロッコリー			
	ブロッコリー（凍）	ブロッコリー ／［添加物］	
ミニたい焼き			
	ミニたい焼き	あん（砂糖、小豆）（中国製造）、小麦粉、砂糖、ぶどう糖、とうもろこし粉、植物油脂、米粉、食塩／膨張剤 、増粘剤（グァーガム）、（一部に小麦・大豆を含む）／［添加物	小麦、大豆

※仕入れ、商品の変更により内容が異なる場合がございます。ご了承ください。

海の中道青少年海の家　2026年11月4日～2027年3月31日メニューアレルゲン表　　コンパスグループ・ジャパン㈱ 2026年9月8日作成

朝食 （水・日曜日）	材料名	原材料	28品目 アレルゲン
炒り卵			
	卵そぼろ	液卵（国内製造）、植物油脂、乾燥卵白、かつお節エキス、でん粉発酵調味料、こんぶだし、食塩、しょうゆ／トレハロース、増粘多糖類、カロチノイド色素、（一部に卵・小麦・大豆を含む）	小麦、卵、大豆
	玉葱スライス（凍）	玉ねぎ ／［添加物］	
	食塩	海水（日本）／［添加物］	
スパゲティサラダ			
	スパゲティサラダ	スパゲティ、ドレッシング（食用植物油脂、砂糖類（粉末水あめ、砂糖）、鶏卵、醸造酢、食塩）、にんじん、砂糖、醸造酢/調味料（アミノ酸等）、グリシン、増粘剤（キサンタン）、酢酸Na、酵素、香辛料抽出物、（一部に小麦・卵・大豆を含む）／［添加物］	小麦、卵、大豆
チキンナゲット			
	チキンナゲット	鶏肉、小麦粉、鶏かわ、コーンフラワー、食塩、香辛料、でん粉、脱脂粉乳、卵白末、植物油、揚げ油（植物油）／ベーキングパウダー、ポリリン酸Na、調味料（アミノ酸）、（一部に卵・乳成分・小麦・鶏肉を含む）／［添加物］	小麦、卵、乳、鶏肉
	チキンナゲット	鶏肉、小麦粉、鶏皮、コーンフラワー、揚げ油（植物油脂）、でん粉、食塩、香辛料、植物油脂、植物性大豆たん白／リン酸塩（Na）、香料、調味料（アミノ酸）、膨張剤、パプリカ色素、（一部に小麦・鶏肉・大豆を含む）	小麦、大豆、鶏肉
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
ごはん			
	台湾米	米／［添加物］	
ほうれん草の味噌汁			
	みそ	大豆（輸入）、米、食塩／酒精 ／［添加物］	大豆
	昆布だしの素	食塩（国内製造、韓国製造）、砂糖類（グラニュー糖、ぶどう糖）、昆布粉末、昆布エキス／調味料（アミノ酸等）／［添加物］	
	ほうれん草（凍）	ほうれん草 ／［添加物］	
	いんげんカット（凍）		
食パン			
	食パン	パン用粉（小麦粉、粉末麦芽）（国内製造）、小麦粉、砂糖混合ぶどう糖果糖液糖、マーガリン、パン酵母、乳等を主要原料とする食品、食塩/増粘剤（アルギン酸）、乳化剤、pH調整剤、イーストフード、香料、V.C、（一部に小麦・乳成分・大豆を含む）	小麦、乳、大豆
いちごジャム			
	いちごジャム	糖類（水あめ（国内製造）、砂糖）、いちご／ゲル化剤（ペクチン）、酸味料	
キャベツの千切り（せんぎり）サラダ			
	キャベツの千切り	キャベツ	

※仕入れ、商品の変更により内容が異なる場合がございます。ご了承ください。

海の中道青少年海の家　2026年11月4日～2027年3月31日メニューアレルゲン表　　コンパスグループ・ジャパン㈱ 2026年9月8日作成

昼食 （水・日曜日）	材料名	原材料	28品目 アレルゲン
けんちんうどん(しょう油)			
	うどん	めん(小麦粉(国内製造)、食塩／加工でん粉) ／ [添加物]	小麦
	おろししょうが	しょうが加工品、しょうが／酸化防止剤(V.C)、pH調整剤、増粘剤(キサンタンガム) ／ [添加物]	
	上白糖	原料糖(オーストラリア製造又は国内製造又はその他) ／ [添加物]	
	昆布だしの素	食塩(国内製造、韓国製造)、砂糖類(グラニュー糖、ぶどう糖)、昆布粉末、昆布エキス／調味料(アミノ酸等) ／ [添加物]	
	濃口しょうゆ	食塩(メキシコ製造又はオーストラリア製造)、脱脂加工大豆、小麦／アルコール ／ [添加物]	小麦、大豆
	大根いちょう切り(凍)	だいこん ／ [添加物]	
	ごぼう人参ミックス	ごぼう、にんじん ／ [添加物]	
	刻み油揚げ(凍)	大豆(カナダ又はアメリカ又はその他)、植物油／凝固剤 ／ [添加物]	大豆
ゆかりごはん			
	台湾米	米／[添加物]	
	ゆかり	塩蔵赤しそ(赤しそ(中国、日本)、食塩、梅酢)、食塩、砂糖／調味料(アミノ酸等)、酸味料／[添加物]調味料(アミノ酸等)、酸味料	
鶏の唐揚げ			
	鶏の唐揚げ	鶏モモ肉(中国産)、衣(タピオカでん粉、小麦粉、米粉、食塩、玉ねぎ粉、白胡椒)、醤油、タピオカでん粉、揚げ粉(大豆油)、大豆たん白、砂糖、にんにく、しょうが、料理酒、食塩／調味料(アミノ酸)、キシロース、重曹、ポリリン酸Na、(一部に小麦・大豆・鶏肉を含む)／[添加物]	小麦、大豆、鶏肉
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／ [添加物]	大豆
パンプキンサラダ			
	パンプキンサラダ	かぼちゃ、マヨネーズ(食用植物油脂、鶏卵、醸造酢、砂糖、たんぱく加水分解物、食塩)、砂糖類、醸造酢、乳たんぱく/増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、グリシン、酢酸Na、調味料(アミノ酸)、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆を含む) ／ [添加物]	小麦、卵、乳、大豆
キャベツの千切り(せんぎり)サラダ			
	キャベツ千切り	キャベツ	
ブロッコリー			
	ブロッコリー(凍)	ブロッコリー ／ [添加物]	
ゼリー(ぶどう＆りんご)			
	ゼリー(ぶどう＆りんご)	＜ぶどうゼリー＞ぶどう糖果糖液糖(国内製造)、ぶどう果汁、砂糖、ぶどう糖＜りんごゼリー＞ぶどう糖果糖液糖(国内製造)、りんご果汁、砂糖、ぶどう糖／ [添加物]＜ぶどうゼリー＞酸味料、ゲル化剤(増粘多糖類)、香料、乳酸Ca＜りんごゼリー＞酸味料、ゲル化剤(増粘多糖類)、香料、乳酸Ca、カロテノイド色素	りんご

※仕入れ、商品の変更により内容が異なる場合がございます。ご了承ください。

海の中道青少年海の家　2026年11月4日～2027年3月31日メニューアレルゲン表　　コンパスグループ・ジャパン㈱ 2026年9月8日作成

夕食 （水・日曜日）	材料名	原材料	28品目 アレルゲン
ハムカツ			
	厚切りハムカツ	衣〔パン粉（国内製造）、フライミックス粉（でん粉、粉あめ、その他）〕、食肉〔鶏肉（国産）、豚肉（カナダ）〕、豚脂、糖類（粉あめ、砂糖、水あめ）、食塩、乳清たん白、つなぎ（粉末状植物性たん白、乾燥卵白）、香辛料、調味エキス、たん白加水分解物、粉末しょうゆ、酵母エキス、植物油脂／加工デンプン、調味料（アミノ酸等）、リン酸塩（Na）、カゼインNa、くん液、膨脹剤、増粘多糖類、酸化防止剤（ビタミンC）、着色料（クチナシ、カロテノイド）、発色剤（亜硝酸Na）、香辛料抽出物、	小麦、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
ミートボール（トマトソース）			
	鶏肉団子	鶏肉（国産）、たまねぎ、パン粉（小麦・乳成分を含む）、粒状大豆たん白、豚脂、大豆油、でん粉、食塩、砂糖、粉末状大豆たん白、しょうゆ、しょうが、香辛料、乾燥卵白（卵を含む）／加工でん粉、調味料（アミノ酸等）、リン酸塩（Na）	小麦、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉
	上白糖	原料糖（オーストラリア製造又は国内製造又はその他）／［添加物］	
	トマトケチャップ	トマト（輸入）、果糖ぶどう糖液糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料 ／［添加物］	
	中濃ソース	醸造酢（国内製造）、砂糖類（ぶどう糖果糖液糖、砂糖 ）、野菜・果実（トマト、たまねぎ、りんご、にんじん ）、食塩、香辛料／増粘剤（加工デンプン）、カラメル 色素、調味料（アミノ酸）／［添加物］	りんご
	パセリ缶	パセリ ／［添加物］	
ソース焼きそば			
	焼きそば用蒸し麺	めん（小麦粉（国内製造）、植物油、食塩／かんすい、 乳化剤（大豆由来）、カラメル色素、クチナシ色素）／［添加物］	小麦、大豆
	キャベツ	キャベツ	
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
	中濃ソース	醸造酢（国内製造）、砂糖類（ぶどう糖果糖液糖、砂糖 ）、野菜・果実（トマト、たまねぎ、りんご、にんじん ）、食塩、香辛料／増粘剤（加工デンプン）、カラメル 色素、調味料（アミノ酸）／［添加物］	りんご
	濃口しょうゆ	食塩（メキシコ製造又はオーストラリア製造）、脱脂加工大豆、小麦／アルコール ／［添加物］	小麦、大豆
	上白糖	原料糖（オーストラリア製造又は国内製造又はその他）／［添加物］	
	食塩	海水（日本）／［添加物］	
	昆布だしの素	食塩（国内製造、韓国製造）、砂糖類（グラニュー糖、ぶどう糖）、昆布粉末、昆布エキス／調味料（アミノ酸等）／［添加物］	
	青のり	アオサ ／［添加物］	
フライドポテト（塩味）			
	フライドポテト	じゃがいも（遺伝子組み換えでない）、植物油脂、ブドウ糖/ピロリン酸Na ／［添加物］	
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
	食塩	海水（日本）／［添加物］	
ごはん			
	台湾米	米／［添加物］	
わかめスープ			
	ネギ（凍）	ねぎ-／［添加物］	
	鶏がらスープ丸鶏パウダー	食塩（国内製造）、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、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）/［添加物］	鶏肉
	食塩	海水（日本）／［添加物］	
	乾燥カットワカメ	湯通し塩蔵わかめ（中国）／［添加物］	
キャベツの千切り（せんぎり）サラダ			
	キャベツ千切り	キャベツ	
ブロッコリー			
	ブロッコリー（凍）	ブロッコリー ／［添加物］	
プチクレープ（チョコ）			
	プチクレープ（チョコ）	クレープ 原材料名 乳等を主要原料とする食品（植物油脂、乳製品、その他 ）（国内製造）、糖類（砂糖、水あめ、果糖ぶどう糖液 糖、果糖、ぶどう糖）、液卵、小麦粉、でん粉、マーガリン、全粉乳、植物油脂、ココアパウダー、ゼラチン、 チョコレート、乾燥卵白／加工デンプン、乳化剤、香料 、安定剤（増粘多糖類）、pH調整剤、アナトー色素、（一部に小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチンを含む）	小麦、卵、乳、大豆、ゼラチン

※仕入れ、商品の変更により内容が異なる場合がございます。ご了承ください。

海の中道青少年海の家　2026年11月4日～2027年3月31日メニューアレルゲン表　　コンパスグループ・ジャパン㈱ 2026年9月8日作成

朝食 （木曜日）	材料名	原材料	28品目 アレルゲン
オムレツ			
	オムレツ	液卵（国内製造）、でん粉、砂糖、食塩、醸造酢、小麦粉、植物油脂、焼き油（大豆油）／糊料（加工でん粉、 グァーガム）、着色料（ビタミンB2、カロテン）、（一部に卵・乳成分・小麦・大豆を含む）／［添加物］	小麦、卵、乳、大豆
マカロニサラダ			
	マカロニサラダ	マカロニ、ドレッシング（食用植物油脂、砂糖類（粉末水あめ、砂糖）、鶏卵、醸造酢、食塩、）、にんじん、砂糖、醸造酢/調味料（アミノ酸等）、グリシン、増粘剤（キサンタン）、酢酸Na、酵素、香辛料抽出物、（一部に小麦・卵・大豆を含む）／［添加物］	小麦、卵、大豆
ボイルウィンナー			
	ウインナー	豚肉（輸入、国産）、豚脂肪、糖類（水あめ、ぶどう糖、砂糖）、食塩、香辛料／加工デンプン、調味料（アミノ酸等）、リン酸塩（Na）、酸化防止剤（ビタミンC）、発色剤（亜硝酸Na）、（一部に豚肉を含む）	豚肉
ごはん			
	台湾米	米／［添加物］	
白菜の味噌汁			
	みそ	大豆（輸入）、米、食塩／酒精 ／［添加物］	大豆
	昆布だしの素	食塩（国内製造、韓国製造）、砂糖類（グラニュー糖、ぶどう糖）、昆布粉末、昆布エキス／調味料（アミノ酸等）／［添加物］	
	白菜	白菜	
	人参千切り（凍）	にんじん ／［添加物］	
食パン			
	食パン	パン用粉（小麦粉、粉末麦芽）（国内製造）、小麦粉、 砂糖混合ぶどう糖果糖液糖、マーガリン、パン酵母、乳等を主要原料とする食品、食塩/増粘剤（アルギン酸）、乳化剤、pH調整剤、イーストフード、香料、V.C、（一部に小麦・乳成分・大豆を含む）	小麦、乳、大豆
いちごジャム			
	いちごジャム	糖類（水あめ（国内製造）、砂糖）、いちご／ゲル化剤 （ペクチン）、酸味料	
キャベツの千切り（せんぎり）サラダ			
	キャベツ千切り	キャベツ	

※仕入れ、商品の変更により内容が異なる場合がございます。ご了承ください。

海の中道青少年海の家　2026年11月4日～2027年3月31日メニューアレルゲン表　　コンパスグループ・ジャパン㈱ 2026年9月8日作成

昼食 （木曜日）	材料名	原材料	28品目 アレルゲン
皿うどん			
	揚げ麺	小麦粉（国内製造）、植物油脂、食塩／かんすい、酸化防止剤（ビタミンE）、パプリカ色素	小麦
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
	にんにく	にんにく（中国）／pH調整剤 ／［添加物］	
	生姜	しょうが／酒精、酸味料、酸化防止剤（V.C）	
	白菜	白菜	
	もやし	もやし	
	玉葱スライス（凍）	玉ねぎ	
	中華野菜ミックス（凍）	たけのこ、いんげん、にんじん、ヤングコーン、くわい、きくらげ、マッシュルーム ／［添加物］	
	鶏がらスープ丸鶏パウダー	食塩（国内製造）、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、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）/［添加物］	鶏肉
	しょうゆ	食塩（メキシコ製造又はオーストラリア製造）、脱脂加工大豆、小麦／アルコール ／［添加物］	小麦、大豆
	上白糖	原料糖（オーストラリア製造又は国内製造又はその他）／［添加物］	
	コショウ	単一原料のため、原材料の表示を省略しております。（ ホワイトペッパー）／［添加物］	
	片栗粉	加工でんぷん ／［添加物］	
鶏そぼろとコーンの混ぜごはん			
	台湾米	米／［添加物］	
	鶏そぼろ	鶏むね肉（国産）、発酵調味料、砂糖、たまり醤油、かつお風味調味料／調味料（アミノ酸等）、（一部に小麦・大豆・鶏肉を含む）	小麦、大豆、鶏肉
	コーン（凍）	スウィートコーン ／［添加物］	
	昆布だしの素	食塩（国内製造、韓国製造）、砂糖類（グラニュー糖、ぶどう糖）、昆布粉末、昆布エキス／調味料（アミノ酸等） ／［添加物］	
	食塩	海水（日本）／［添加物］	
	パセリ缶	パセリ ／［添加物］	
揚げぎょうざ			
	ぎょうざ	野菜（キャベツ、たまねぎ、にら）、粒状植物性たん白、ラード、豆腐、しょうゆ、植物油脂、はっこう調味料、食塩、かきエキス、香辛料、皮（小麦粉、でん粉、植物油脂、食塩、粉末状植物性たん白）／調味料（アミノ酸）、ソルビトール、乳化剤、香料、香辛料抽出物、（一部に小麦・大豆・豚肉を含む）／［添加物］	小麦、大豆、豚肉
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
ふかし芋			
	さつまいも乱切り（凍）	さつまいも-／［添加物］	
	じゃが芋（凍）	じゃがいも ／［添加物］	
	食塩	天日塩（メキシコ）/炭酸マグネシウム	
キャベツの千切り（せんぎり）サラダ			
	キャベツ千切り	キャベツ	
ブロッコリー			
	ブロッコリー（凍）	ブロッコリー ／［添加物］	
プリン			
	プリン（凍）	糖類（水あめ、粉あめ、砂糖、ぶどう糖）、牛乳（国内製造）、乳糖を主原料とする食品（植物油脂、デキストリン、脱脂粉乳、その他）、全粉乳、カラメルソース、酵母エキス／ゲル化剤（増粘多糖類）、香料、着色料（カラメル、アナトー）、乳化剤、トレハロース、（一部に乳成分・大豆を含む）／［添加物］	乳、大豆
	なめらかプリン	糖類（砂糖・異性化液糖、ぶどう糖、水飴）、乳製品、植物油脂、でん粉、ゼラチン、寒天／ゲル化剤（増粘多糖類）、乳化剤、香料、着色料（カラメル、カロチノイド）、（一部に乳成分・ゼラチンを含む）／［添加物］	乳、ゼラチン
ごはん			
	台湾米	米／［添加物］	

※仕入れ、商品の変更により内容が異なる場合がございます。ご了承ください。

海の中道青少年海の家　2026年11月4日～2027年3月31日メニューアレルゲン表　　コンパスグループ・ジャパン㈱ 2026年9月8日作成

夕食 （木曜日）	材料名	原材料	28品目 アレルゲン
煮込みハンバーグ			
	ハンバーグ	鶏肉、たまねぎ、パン粉、粒状大豆たん白、醤油、食塩、香辛料、植物油脂／加工デンプン、調味料（アミノ酸）、リン酸塩（Na）、香料、カロチノイド色素、（一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉を含む）	小麦、乳、大豆、鶏肉
	デミグラスソース	小麦粉（国内製造）、動物油脂、砂糖、人参、トマトペ ースト、食塩、ソテーオニオン、味噌、醸造酢、たん白加水分解物、香辛料、オニオンパウダー、畜肉エキス／ カラメル色素、調味料（アミノ酸等）、増粘剤（加工デンプン）、香料、酸味料、（一部に小麦・大豆・鶏肉・ 豚肉を含む）	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
	ハヤシフレーク	小麦粉（国内製造）、豚脂、砂糖、食塩、ブラウンルウ、トマトパウダー、でんぷん、粉末ソース、トマト調味料／着色料（カラメル、パプリカ色素）、加工デンプン、調味料（アミノ酸等）、酸味料、（一部に小麦・大豆・豚肉を含む）／［添加物］	小麦、大豆、豚肉
白身魚フライ			
	白身魚フライ	衣[パン粉（大豆を含む）、小麦粉、小麦でん粉、食塩]、ブルーホワイティング、食塩／乳化剤、調味料（アミノ酸）、増粘剤（グァーガム）／［添加物］	小麦、大豆
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
ガーリックパスタ			
	ペンネ	デュラム小麦のセモリナ ／［添加物］	小麦
	ミックスベジタブル	にんじん、スウィートコーン、グリンピース ／［添加 物］	
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
	ガーリックパウダー	ガーリック（中国）、でん粉、食塩／調味料（アミノ酸）、増粘剤（グァーガム）／［添加物］	
	食塩	海水（日本）／［添加物］	
	パセリ缶	パセリ ／［添加物］	
フライドポテト（塩味）			
	フライドポテト	じゃがいも（遺伝子組み換えでない）、植物油脂、ブドウ糖/ピロリン酸Na ／［添加物］	
	植物油	食用大豆油、食用なたね油／シリコーン ／［添加物］	大豆
	食塩	海水（日本）／［添加物］	
ごはん			
	台湾米	米／［添加物］	
トマトスープ			
	昆布だしの素	食塩（国内製造、韓国製造）、砂糖類（グラニュー糖、ぶどう糖）、昆布粉末、昆布エキス／調味料（アミノ酸等）／［添加物］	
	食塩	海水（日本）／［添加物］	
	トマトケチャップ	トマト（輸入）、果糖ぶどう糖液糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料 ／［添加物］	
	コーン（凍）	スウィートコーン ／［添加物］	
	玉葱スライス（凍）	玉ねぎ ／［添加物］	
キャベツの千切り（せんぎり）サラダ			
	キャベツ千切り	キャベツ	
ブロッコリー			
	ブロッコリー（凍）	ブロッコリー ／［添加物］	
ヨーグルト			
	ヨーグルト	生乳（国産）、砂糖、乳製品、乳たんぱく質、寒天／香料（一部に乳成分を含む）／［添加物］	乳

※仕入れ、商品の変更により内容が異なる場合がございます。ご了承ください。

海の中道青少年海の家　2026年11月4日～2027年3月31日メニューアレルゲン表　　コンパスグループ・ジャパン㈱ 2026年9月8日作成

ドレッシング 調味料	材料名	原材料	28品目 アレルゲン
青じそドレッシング(小袋)			
	青じそドレッシング(小袋)	果糖ぶどう糖液糖(国内製造)、醤油、醸造酢、醗酵調味料、食塩、ほたてエキス、調味梅肉、かつおエキス、チキンエキス、濃縮レモン果汁、チキンブイヨン、香辛料、青じそ／調味料(アミノ酸等)、香料、カラメル色素、香辛料抽出物、(一部に小麦・さば・大豆・鶏肉・りんご、ゼラチンを含む)／[添加物]	小麦、さば、大豆、鶏肉、りんご、ゼラチン
フレンチ白ドレッシング(小袋)			
	フレンチドレッシング(小袋)	食用植物油脂(国内製造)、醸造酢、果糖ぶどう糖液糖、食塩、濃縮レモン果汁／増粘剤(キサンタン)、調味料(アミノ酸)、酸味料、香辛料抽出物、香料、(一部に大豆を含む)	大豆
サウザンアイランドドレッシング(小袋)			
	サウザンアイランドドレッシング(小袋)	食用植物油脂(国内製造)、トマトケチャップ、砂糖、ピクルス、醸造酢、卵、食塩、乾燥たまねぎ、ウスターソース、香辛料、濃縮レモン果汁／調味料(アミノ酸)、増粘剤(キサンタン)、香辛料抽出物、(一部に小麦・卵・大豆を含む)	小麦、卵、大豆
ケチャップ(小袋)			
	ケチャップ(小袋)	トマト(輸入)、果糖ぶどう糖液糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料 ／ [添加物]	
醤油(小袋)			
	醤油(小袋)	食塩、脱脂加工大豆、小麦、果糖ぶどう糖液糖、大豆／アルコール、保存料(安息香酸Na)	小麦、大豆
中濃ソース(小袋)			
	ソース小袋	糖類(ぶどう糖果糖液糖、砂糖)、食塩、アミノ酸液(大豆を含む)、合成酢、香辛料、野菜(たまねぎ)／カラメル色素、甘味料(甘草、ステビア)、酸味料、増粘剤(キサンタン)	大豆
	ソース小袋	野菜・果物(トマト、りんご、にんじん、その他)、醸造酢(国内製造)、糖類(ぶどう糖、砂糖)、食塩、アミノ酸液、香辛料、でん粉、発酵調味料／増粘多糖類、(一部に大豆・りんごを含む)	大豆、りんご

※仕入れ、商品の変更により内容が異なる場合がございます。ご了承ください。