

1日目昼食<セルフメイドサンドイッチ>

品名	原材料名	アレルギー
パン (カナッペ)	小麦粉、強力粉、砂糖、卵、ショートニング（パーム油 [大豆含む]、乳化剤 [大豆含む]、天然香料 [大豆含む]、酸化防止剤、着色料（カロチン））、脱脂粉乳（砂糖、小麦粉、脱脂粉乳、ホエイパウダー [乳含む]、小麦グルテン、植物性油脂）、イースト、油脂加工品（パームオレイン油 [大豆含む]、からし油、パーム油、大豆油、コーン油、シトラスファイバー [オレンジ含む]、ぶどう糖（小麦、とうもろこし、馬鈴薯）、酵素）、食塩、滋賀県産米粉、小麦たんぱく、酢酸ナトリウム、イーストフード [小麦含む]、麦芽、水 ※同一製造ライン上でくるみ、ごまを使用した製品を製造している	小麦 卵 乳 大豆 オレンジ (くるみ) (ごま)
パン (ホットドッグ用)	小麦粉、強力粉、滋賀県産米粉、砂糖、ショートニング（パーム油 [大豆含む]、乳化剤 [大豆含む]、天然香料 [大豆含む]、酸化防止剤、着色料（カロチン））、脱脂粉乳（砂糖、小麦粉、脱脂粉乳、ホエイパウダー [乳含む]、小麦グルテン、植物性油脂）、乳化剤（[大豆含む]、グリセリン酸脂肪酸、レシチン、酸化防止剤、食用植物油脂）、小麦たんぱく、イースト、食塩、酢酸ナトリウム、イーストフード [小麦含む]、麦芽、水 ※同一製造ライン上でくるみ、卵、ごまを使用して製品を製造している	小麦 大豆 乳 (くるみ) (卵) (ごま)
無塩せきボンレスハム	滋賀県産豚もも肉、食塩、砂糖、香辛料（白こしょう、オニオン、ガーリック）	豚肉
手作り風ウインナー	滋賀県産豚肉、豚脂肪、小麦デンプン、食塩、水あめ、香辛料、調味料（アミノ酸等）、リン酸塩（Na）、保存料（ソルビン酸）、くん液、発色剤（亜硝酸Na）	豚肉 小麦
オムレツ	全卵、植物油脂 [大豆含む]、砂糖、食塩、加工デンプン、リン酸塩（Na）、酸化防止剤（V.C）、カロチノイド色素（原材料の一部に乳を含む）	卵 大豆 乳
ボイルドキャベツ (カレー風味)	キャベツ、カレー粉（ターメリック、コリアンダー、クミン、フェネグリーク、こしょう、赤唐辛子、ちんぴ、その他香辛料）	
和風ドレッシングごましょうゆ	醤油 [小麦、大豆含む]、ぶどう糖果糖液糖、食用植物油脂 [大豆含む]、醸造酢、食塩、米発酵調味料、ごま、調味料（アミノ酸等）、香辛料抽出物、増粘剤（キサンタンガム）、水	小麦 ごま 大豆
ぶどうゼリー (1カップ)	6倍濃縮ぶどう果汁、ポリデキストロース、食物繊維、砂糖、果糖、加工デンプン、増粘多糖類、酸味料、ビタミンC、香料、ピロリン酸鉄、水 ※同一製造ライン上で、もも・りんごを、同一工場内で、乳を使用した製品を製造している	(もも) (りんご) (乳)
トマトケチャップ	トマト、砂糖・ぶどう糖果糖液糖（てん菜、とうもろこし、ばれいしょ等）、ぶどう糖（とうもろこし、ばれいしょ、さつまいも等）、醸造酢（さとうきび、とうもろこし、ばれいしょ等）、食塩、たまねぎ、香辛料	

★1日目昼食には牛乳がつきます。

1日目夕食<「湖の子」ステーキディナー>

品名	原材料名	アレルギー
牛ステーキ	近江牛	牛肉
ステーキソース 和風おろし	野菜類（大根、玉ねぎ）、醤油 [小麦、大豆含む]、アミノ酸液 [大豆含む]、砂糖、水あめ、りんご酢 [りんご含む]、みりん、鰹エキス [大豆含む]、食塩、香辛料 [小麦含む]、加工デンプン（とうもろこし含む）調味料（アミノ酸等）、香辛料抽出物、増粘剤（キサンタンガム）、香料、原料水	小麦 大豆 りんご
クリームシチュー	米粉、砂糖、やし油クリーミングパウダー、こんぶエキス、食塩、乾燥マッシュポテト、スイートコーンパウダー、ローストオニオンパウダー、酵母エキス、ホワイトペパー、マッシュルームエキス、増粘剤（加工デンプン）、セルロース、乳化剤、香料、酸味料	
具	馬鈴薯、玉ねぎ、にんじん、ブロッコリー、無塩せきハム（滋賀県産豚もも肉、食塩、砂糖、香辛料（白こしょう、オニオン、ガーリック））	豚肉
スパゲティ	めん（デュラム小麦のセモリナ）、食塩、水、マーガリン（食用植物油脂 [パーム油、大豆、なたね、コーン白紋油を含む]、食用精製加工油脂、食塩、乳化剤、香料、着色料（カロテン）、水）（原材料の一部に大豆含む）	小麦 大豆
ナポリタンソース	トマト、玉ねぎ、人参、砂糖、食用植物油脂（オリーブオイル、大豆油）、にんにく、食塩、香辛料、調味料（アミノ酸等）、増粘剤（キサンタン）	大豆
温野菜盛合せ	ほうれん草、かぼちゃ、ヤングコーン（ヤングコーン、食塩、pH調整剤、水）、マーガリン（食用植物油脂 [パーム油、大豆、なたね、コーン白紋油を含む]、食用精製加工油脂、食塩、乳化剤、香料、着色料（カロテン）、水）（原材料の一部に大豆含む）	大豆
フライドポテト	じゃがいも、植物油脂、食塩、ぶどう糖（原材料の一部に小麦を含む） ※サラダ油使用（食用大豆油、食用なたね油、シリコーン） ※小麦、卵使用のポークカツと同じ揚げ油を使用	大豆 小麦 (卵)
フルーツカクテル	黄桃（黄桃、砂糖（さとうきび）、クエン酸（とうもろこし））、りんご [りんご、砂糖（さとうきび）、糖蜜、クエン酸（さつまいも）、タピオカ、米、とうもろこし]、ビタミンC（とうもろこし、タピオカ）、パイナップル [パイナップル、砂糖（さとうきび）、クエン酸（タピオカ）]	りんご もも
ライス	米（環境こだわり近江米 みずかがみ）	

2日目朝食＜和風焼魚定食＞

品名	原材料名	アレルゲン
ますの塩焼	滋賀県産ます（サケ科）、食塩	さけ
だし巻卵	鶏卵 [卵]、鰹だし、醸造酢、こんぶだし、醤油 [小麦、大豆含む]、食塩、加工デンプン、水	卵 小麦 大豆
おひたし	いんげん、醤油（大豆、小麦、食塩、アルコール（さとうきび）、脱脂加工大豆）、砂糖（さとうきび、ビート）	小麦 大豆
赤こんにやく （かつお風味）	こんにやく、醤油 [小麦、大豆含む]、砂糖、唐辛子、水酸化カルシウム、三二酸化鉄 ※同一製造ライン上にえび、かにを含む製品を製造している	小麦 大豆 （えび） （かに）
えび豆煮	えび 滋賀県産えび、醤油、砂糖、酒、水あめ、みりん ※原材料の一部に小麦、大豆を含む	えび 小麦 大豆
	豆煮 大豆、砂糖、醤油 [小麦、大豆含む]、水あめ、食塩、鰹風味だし（アミノ酸等）	小麦 大豆
小あゆの甘露煮	滋賀県産小鮎（水揚げ時にえびが混じることがある）、醤油、砂糖、酒、水あめ、みりん ※原材料の一部に小麦、大豆を含む	小麦 大豆 （えび）
みそ汁	滋賀県産しじみ、米味噌（滋賀県産米、滋賀県産大豆、食塩）、和風だしの素（調味料（アミノ酸等）、砂糖、食塩、風味原料（鰹節粉末、鰹節エキス、鰹エキス、こんぶエキス）、たん白加水分解物）、青ねぎ	大豆
ご飯	米（環境こだわり近江米 みずかがみ）	

2日目昼食＜「湖の子」カレー＞

品名	原材料名	アレルゲン
カレーソース	カレールウ（小麦粉、牛脂 [牛肉、大豆、菜種]、食塩、カレー粉（ターメリック、コリアンダー、クミン、メッチ、黒胡椒、マスタード、唐辛子、ジンジャー、シナモン、フェネル、パプリカ、ナツメグ、陳皮、セロリー、ローレル、カルダモン、ディルシード、クローブ、オールスパイス、スターアニス、タイム、セージ）、混合調味料（トウモロコシ、甘藷、馬鈴薯、砂糖黍等）、チキンエキス [鶏、小麦、食塩]、カラメル色素 I（トウモロコシ、塩酸、重曹）、酵母エキス（パン酵母）、オニオンエキス（オニオン、クエン酸）、ガーリックエキス（ガーリック、クエン酸）、砂糖、グルタミン酸ナトリウム（砂糖黍等）、脱脂粉乳 [乳]、カラメル色素（ブドウ糖、塩酸、重曹）グアガム、ココア、クエン酸（甘藷）、リボ核酸ナトリウム、タイム抽出物）、煮込み野菜（玉ねぎ、人参）、ウスターソース（醸造酢、砂糖、野菜（トマト、たまねぎ、にんじん、にんにく）、食塩、香辛料、カラメル色素）、醤油（大豆、小麦、食塩、アルコール、脱脂加工大豆）、砂糖（さとうきび、ビート）、みりん（もち米、米こうじ、米、醸造アルコール、さとうきび、糖類（とうもろこし、キャッサバ（タピオカ）、じゃがいも、さつまいも）、赤ワイン（ぶどう果汁、ワイン、ブドウ糖、酸化防止剤（亜硫酸塩）、片栗粉（馬鈴薯） ※サラダ油使用（食用大豆油、食用なたね油、シリコーン）	小麦 牛肉 大豆 鶏肉 乳
ポークカツ	滋賀県産豚肉、食塩、砂糖（サトウキビ、ビート）、胡椒（白胡椒、コーンフラワー（とうもろこし）、卵、小麦粉、パン粉（小麦粉、ぶどう糖、ショートニング、イースト、食塩、イーストフード、ビタミン C） ※原材料の一部に大豆を含む ※サラダ油使用（食用大豆油、食用なたね油、シリコーン）	豚肉 卵 小麦 大豆
ポテトサラダ	野菜（じゃがいも、たまねぎ、にんじん）、ドレッシング（食用植物油脂、砂糖、卵、その他）、砂糖、食塩、食用植物油脂、水、調味料（アミノ酸）、酒石酸、増粘剤（キサンタンガム）、酢酸Na、グリシン、香辛料抽出物	卵
福神漬	大根、なす、きゅうり、れんこん、しょうが、その他、漬け原材料（砂糖、醤油、醸造酢、食塩）、酸味料、香料 ※原材料の一部に小麦、大豆を含む	小麦 大豆
プレーンヨーグルト （1カップ）	乳製品、砂糖、ミルクカルシウム、寒天	乳
ライス	米（環境こだわり近江米 みずかがみ）	

★2日目昼食には牛乳が付きまます。

★お茶（食事時、2日目活動用）…煎茶ティーバッグ（滋賀県産緑茶）

*アレルゲン（アレルギー物質）を含む食品に関しては、食品衛生法で表示義務品目である7品目および、表示推奨品目である20品目に該当する食材についてのみ表記しています。原材料名欄と併せて確認してください。また、その他のアレルギー物質、コンタミネーションの有無に関しても、原材料名欄で確認してください。

※1：表示義務品目…卵、乳、小麦、そば、落花生、えび、かに

※2：表示推奨品目…あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、さけ、さば、大豆、鶏肉、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、バナナ、ごま、カシューナッツ