君津亀山青少年自然の家　　野外炊飯アレルギー表

アレルゲン物質一覧

名前	食材	分量	卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	あわび	いか	いくら	えび	かに	牛肉	豚肉	鶏肉	鮭	青魚	桃	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	ゼラチン	山芋	くるみ	まつたけ
カレー																											
ご飯	精白米	150g																									
カレー	油	7g																									
	豚小間	30g													○												
	人参	20g																									
	じゃが芋	60g																									
	玉ねぎ	50g																									
	カレー粉	30g	○	○	○	○									○												
	福神漬け	10g			○	○																					
デザート	プリン	45g	○	○		○																		○			
	緑茶	250g																									

君津亀山青少年自然の家　　野外炊飯アレルギー表

アレルゲン物質一覧

名前	食材	分量	卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	あわび	いか	いくら	えび	かに	牛肉	豚肉	鶏肉	鮭	青魚	桃	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	ゼラチン	山芋	くるみ	まつたけ
ピザ																											
ピザ	強力粉	80g			○																						
	砂糖	4g																									
	塩	1.5g																									
	ドライイースト	2.5g																									
	オリーブオイル	36g																									
	ピーマン	10g																									
	コーン	10g																									
	ウィンナー	20g													○									○			
	ミニトマト	20g																									
	ピザソース	30g				○																					
	チーズ	30g		○																							
スープ	ベーコン	10g													○												
	玉ねぎ	20g																									
	ﾁｷﾝｺﾝｿﾒ	5g		○	○	○										○											
デザート	プリン	45g	○	○		○																		○			
	緑茶	250g																									

君津亀山青少年自然の家　　野外炊飯アレルギー表

アレルゲン物質一覧

名前	食材	分量	卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	あわび	いか	いくら	えび	かに	牛肉	豚肉	鶏肉	鮭	青魚	桃	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	ゼラチン	山芋	くるみ	まつたけ
お握り＆豚汁																											
お握り	精白米	150g																									
	海苔	2g																									
	塩	2g																									
	漬物	10g																									
豚汁	玉ねぎ	20g																									
	人参	10g																									
	ごぼう	20g																									
	こんにゃく	20g																									
	豚小間	20g													○												
	油揚げ	20g				○																					
	味噌	10g				○																					
デザート	プリン	45g	○	○		○																		○			
	緑茶	250g																									

君津亀山青少年自然の家　　野外炊飯アレルギー表

名前	食材	分量	卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	あわび	いか	いくら	えび	かに	牛肉	豚肉	鶏肉	鮭	青魚	桃	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	ゼラチン	山芋	くるみ	まつたけ
焼きそば																											
焼きそば	蒸し麺	150g			○																						
	油	7g																									
	豚小間	30g													○												
	キャベツ	50g																									
	もやし	30g																									
	人参	30g																									
	ソース	20g																				○					
	紅生姜	10g																									
デザート	プリン	45g	○	○		○																		○			
	緑茶	250g																									