

献立・成分表

団体名	ともリッチ ～ともだちとワイワイ1泊2日！						様					
利用期間	令和	5	年	2	月	25	日 (土)	～	2	月	26	日 (日)
提供日	令和	5	年	2	月	25	日 (土)	食事	昼食			

食 事		
No.	献立	材料・成分
1	牛丼	牛肉、玉ねぎ、こんにゃく、水菜、紅しょうが、水あめ、清酒、砂糖、醤油（小麦、大豆を含む）
2	わかめスープ	わかめ、ごま、コンソメ（食塩、砂糖、乳糖、食用加工油脂、しょうゆ、チキンエキス調味料、酵母エキス、香辛料、オニオンエキス）※一部に小麦、乳成分、大豆、鶏肉を含む
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

献立・成分表

団体名	ともリッチ ～ともだちとワイワイ1泊2日！						様					
利用期間	令和	5	年	2	月	25	日 (土)	～	2	月	26	日 (日)
提供日	令和	5	年	2	月	25	日 (土)	食事	昼食			

サイドメニュー		
No.	品名	材料・成分
1	エクレア	全卵、チョコレート、チョコレートコーティング（ココアバター含まない）、小麦粉、植物油、砂糖（一部に乳成分含む）
2		
3		
4		
5		
6		

調味料		
No.	品名	材料・成分
2		
3		
4		
5		

献立・成分表

団体名	ともリッチ ～ともだちとワイワイ1泊2日！			様
利用期間	令和 5 年 2 月 25 日 (土)	～	2 月 26 日 (日)	
提供日	令和 5 年 2 月 25 日 (土)	食事	夕食	

食 事		
No.	献立	材料・成分
1	ロースとんかつ	豚ロース肉（米国又はデンマーク）、食塩、水、加工デンプン、トレハロース、リン酸塩、調味料（アミノ酸）、増粘多糖類、パン粉、でん粉、大豆粉、食物油、乳化剤 ※小麦、大豆、豚肉
2	もっちり麺の焼きナポリタン	めん[小麦粉（国内製造）、粉末状植物性たん白、なたね油、食塩、卵白加工品]、トマトケチャップ、野菜（玉ねぎ、ピーマン）、粉末トマトソース、大豆油、ウイナーソーセージ、中濃ソース、砂糖、粉末ソース、チキンコンソメ、食塩、いため油（なたね油、大豆油） ※一部にえび・小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・もも・りんごを含む
3	マカロニサラダ（ジェフサ）	マカロニ、半固体状ドレッシング、にんじん、粉末水あめ、砂糖、食塩、醸造酢、食用植物油、増粘剤（加工でんぷん、増粘多糖類）、調味料（アミノ酸等）、酵素、香辛料抽出物 ※一部に卵、乳成分、小麦、大豆含む
4	ブロッコリー	ブロッコリー
5	みかんシロップ漬け	ミカンシロップ漬け：みかん、砂糖、酸味料
6	キャベツ千切り	キャベツ
7	ごはん	米
8	みそ汁（かつおだし）	味噌、味の素、かつおだし（かつおエキス、たん白加水分解物、食塩）
9	みそ汁の具材	大根、油揚げ
10		
11		
12		

献立・成分表

団体名	ともリッチ ～ともだちとワイワイ1泊2日！			様
利用期間	令和 5 年 2 月 25 日 (土)	～	2 月 26 日 (日)	
提供日	令和 5 年 2 月 25 日 (土)	食事	夕食	

サイドメニュー		
No.	品名	材料・成分
1	ミニデザート (ピーチ)	もも果汁、砂糖、ぶどう糖果糖液糖、粉あめ ※ももを含む
2		
3		
4		
5		

調味料		
No.	品名	材料・成分
1	和風ドレッシング「ごましょうゆ」	しょうゆ (国内製造)、ぶどう糖果糖液糖、食用植物油脂、醸造酢、食塩、米発酵調味料、ごま ※一部に小麦、ごま、大豆を含む
2	トマトケチャップ	トマト (輸入または国産 (5%未満))、糖類 (砂糖、ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖)、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料
3	ウスターソース	野菜 (たまねぎ、トマト)、糖類 (果糖ぶどう糖液糖、砂糖)、醸造酢、食塩、香辛料
4	中濃ソース	野菜・果実 (トマト、りんご、にんじん、たまねぎ)、醸造酢、砂糖類 (砂糖、ぶどう糖果糖液糖)、食塩、でんぶん、たん白加水分解物 (大豆を含む)、香辛料
5	シーザーサラダドレッシング	食用植物油脂、チーズ、醸造酢、砂糖、食塩、にんにく、チーズ加工品、濃縮レモン果汁、卵黄、香辛料、酵母エキス、アンチョビソース、オニオンパウダー、酵母エキスパウダー ※一部に卵・乳成分・大豆・りんごを含む
6	全卵マヨネーズ	食用植物油脂、卵、醸造酢、砂糖類 (粉末水あめ、砂糖)、食塩、調味料 (アミノ酸)、香辛料抽出物 ※一部に小麦、卵、大豆を含む

献立・成分表

団体名	ともリッチ ～ともだちとワイワイ1泊2日！			様
利用期間	令和 5 年 2 月 25 日 (土)	～	2 月 26 日 (日)	
提供日	令和 5 年 2 月 26 日 (日)	食事	朝食	

食 事		
No.	献立	材料・成分
1	スクランブルエッグ	【とろっと】液卵(国内製造)、植物油、乳等を主要原料とする食品、香味油、食塩、砂糖、でん粉発酵調味料、乳たん白、ほたてエキスパウダー ※一部に卵、乳成分、小麦、大豆、鶏肉を含む
2	ロースハム	豚ロース肉、大豆たんぱく、還元水あめ、たまごたん白(たまごを含む)、食塩、乳たんぱく、乳糖、たん白加水分解物、香辛料
3	シューestringカットポテト	じゃがいも、植物油(ひまわり油)、ぶどう糖(小麦を含む)
4	ハンバーグヴィアンド N30	食肉(牛肉、豚肉、鶏肉)、野菜(玉ねぎ、しょうが、にんにく)、ソテーオニオン、つなぎ(パン粉<※乳成分・小麦・大豆を含む>、乳たん白、小麦粉、乾燥卵白<※卵を含む>、でん粉)、乳または乳製品を主要原料とする食品、豚脂、牛脂、グラスドビアン、食塩、食物繊維、洋酒、香辛料、植物油 ※卵、乳、小麦、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉を含む
5	たたきごぼう	ごぼう、しょう油、砂糖、ごま、食塩、唐辛子抽出物(一部に大豆、小麦、ごまを含む)
6	キャベツ千切り	キャベツ
7	ごはん	米
8	みそ汁(かつおだし)	味噌、味の素、かつおだし(かつおエキス、たん白加水分解物、食塩)
9	みそ汁の具材	とろろ昆布
10		
11		
12		

献立・成分表

団体名	ともリッチ ～ともだちとワイワイ1泊2日！			様
利用期間	令和 5 年 2 月 25 日 (土)	～	2 月 26 日 (日)	
提供日	令和 5 年 2 月 26 日 (日)	食事	朝食	

サイドメニュー		
No.	品名	材料・成分
1	りんごジュース (Qooりんご/缶入り)	りんご、果糖ブドウ糖液糖、りんごエキス/香料、酸味料
2	納豆	大豆 (アメリカ産)、納豆菌 添付たれ：水あめ混合異性化液糖、しょう油、還元水あめ、食塩、かつおエキス、砂糖、昆布エキス、発酵調味料 ※一部に小麦、大豆を含む 添付からし：からし、砂糖、醸造酢、食塩、酒精
3	味付けのり	乾のり (韓国産)、魚介エキス (昆布抽出液、えびエキス、その他)、米発酵調味料 (水あめ、醸造調味料、その他)、砂糖、食塩、酵母エキス、デキストリン、魚粉魚醬、唐辛子 ※一部にえびを含む
4	たまごふりかけ	調味顆粒 (砂糖、食塩、麦芽糖、小麦粉、抹茶) フレーク (小麦粉、でん粉、食塩、砂糖、植物油) 玉子そぼろ、ごま、海苔 (えび、かにの生息域で採取しています) ※一部に卵、小麦、ごま、大豆を含む
5	さけふりかけ	調味顆粒 (砂糖、食塩、乳糖、鮭パウダー) フレーク (小麦粉、でん粉、食塩、砂糖、植物油) ごま、海苔 (えび、かにの生息域で採取しています) ※一部に乳成分、小麦、ごま、さけを含む

調味料		
No.	品名	材料・成分
1	和風ドレッシング「ごましょうゆ」	しょうゆ (国内製造)、ぶどう糖果糖液糖、食用植物油、醸造酢、食塩、米発酵調味料、ごま ※一部に小麦、ごま、大豆を含む
2	トマトケチャップ	トマト (輸入または国産 (5%未満))、糖類 (砂糖、ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖)、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料
3	ウスターソース	野菜 (たまねぎ、トマト)、糖類 (果糖ぶどう糖液糖、砂糖)、醸造酢、食塩、香辛料
4	中濃ソース	野菜・果実 (トマト、りんご、にんじん、たまねぎ)、醸造酢、砂糖類 (砂糖、ぶどう糖果糖液糖)、食塩、でんぶん、たん白加水分解物 (大豆を含む)、香辛料
5	シーザーサラダドレッシング	食用植物油、チーズ、醸造酢、砂糖、食塩、にんにく、チーズ加工品、濃縮レモン果汁、卵黄、香辛料、酵母エキス、アンチョビソース、オニオンパウダー、酵母エキスパウダー ※一部に卵・乳成分・大豆・りんごを含む
6	全卵マヨネーズ	食用植物油、卵、醸造酢、砂糖類 (粉末水あめ、砂糖)、食塩、調味料 (アミノ酸)、香辛料抽出物 ※一部に小麦、卵、大豆を含む

献立・成分表

団体名	ともリッチ ～ともだちとワイワイ1泊2日！						様					
利用期間	令和	5	年	2	月	25	日 (土)	～	2	月	26	日 (日)
提供日	令和	5	年	2	月	26	日 (日)	食事	昼食			

食 事		
No.	献立	材料・成分
1	野菜かきあげうどん	《かき揚げ》玉ねぎ、小麦粉、にんじん、コーンフラワー、春菊、でんぷん、鶏卵、大豆油、食塩 ※小麦・卵・大豆を含む 《うどん》小麦粉、食塩、加工でんぷん ※一部に小麦を含む
2	たけのこごはん	米、たけのこ、油揚げ、たん白加水分解物、発酵調味料、還元水あめ、食塩、米サラダ油、しょうゆ、砂糖、魚介エキス ※一部に大豆、小麦を含む
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

献立・成分表

団体名	ともリッチ ～ともだちとワイワイ1泊2日！					様												
利用期間	令和	5	年	2	月	25	日	(土)	～	2	月	26	日	(日)
提供日	令和	5	年	2	月	26	日	(日)	食事	昼食						

サイドメニュー		
No.	品名	材料・成分
1	ラムネゼリー	グラニュー糖、ぶどう糖果糖液糖、粉あめ、ポリデキストロース、レモン果汁、水
2		
3		
4		
5		
6		

調味料		
No.	品名	材料・成分
1		
2		
3		
4		
5		
6		