

# 全日本中学校陸上競技選手権大会

## 昼食メニュー

8月20日

白身フライ＆  
タンドリーチキン弁当



弓月21日

唐揚げ弁当



8月22日

チキン南蛮弁当



8月23日

ハンバーグ弁当



# 8/20 昼食 白身フライ&タンドリーチキン弁当



| 白身フライ&タンドリーチキン弁当 |       |         |           |          |           |            |        |       |
|------------------|-------|---------|-----------|----------|-----------|------------|--------|-------|
| 献立名              | ご飯    | 白身フライ   | タンドリーチキン  | 焼きそば     | 玉子焼き      | ポテトサラダ     | 五目ひじき煮 | 一食ソース |
| 食品名              | 精白米   | タラ      | 鶏肉        | 小麦粉      | 鶏卵        | ばれいしょ      | ひじき    | 合成酢   |
|                  | 黒ごま   | 【衣】     | 【オイルソース】  | 食塩       | 植物油       | 人参         | 砂糖     | 砂糖    |
|                  | 【梅干し】 | パン粉     | 植物油       | キャベツ     | 発酵調味料     | 玉ねぎ        | 人参     | 食塩    |
|                  | 小梅    | 小麦粉     | カレー粉      | 人参       | 食塩        | 香辛料        | 油揚げ    | 香辛料   |
|                  | 食塩    | 小麦澱粉    | 食塩        | 中濃ソース    | 食酢        | 《ドレッシング》   | 大豆     | 玉ねぎ   |
|                  | 醸造酢   | イースト    | コリアンダー    | 植物油      | 【添加物】     | 植物油        | ごぼう    | 【添加物】 |
|                  | 【添加物】 | ぶどう糖    | クミン       | 豚肉       | トレハロース    | 乳等を主原とする食品 | たけのこ   | 着色料   |
|                  | pH調整剤 | 食塩      | 畜肉エキス     | 砂糖       | ソルビット     | 砂糖         | れんこん   | 調味料   |
|                  | グリシン  | ショートニング | たん白加水分解物  | 粉末ソース    | 加工澱粉      | 鶏卵         | しょうゆ   | 酸味料   |
|                  | グリセリン | 【揚げ油】   | 脱脂粉乳      | 粉末醤油     | グリシン      | 醸造酢        | 鯉節エキス  | 甘味料   |
|                  | ソルビット | 菜種油     | ガーリックパウダー | たん白加水分解物 | リン酸塩 (Na) | 食塩         | 食物油脂   | 糊料    |
|                  | 酸味料   | 【添加物】   | オニオンパウダー  | 酵母エキス    |           | 乳たんぱく      | 発酵調味料  | 酢酸    |
|                  | 酒精    | 調味料     | ジンジャーパウダー | 香辛料      |           | チキンコンソメ    | 食酢     |       |
|                  | 着色料   | 糊料      | 唐辛子       | 【添加物】    |           | 【コーン】      | 煮干エキス  |       |
|                  | 調味料   |         | 胡椒        | 着色料      |           | とうもろこし     | 昆布エキス  |       |
|                  | 乳化剤   |         | ヨーグルトパウダー | かんすい     |           | 【添加物】      | 酵母エキス  |       |
|                  | 保存料   |         | 【添加物】     | 調味料      |           | 調味料        | 味醂     |       |
|                  |       |         | 調味料       | 乳化剤      |           | 増粘多糖類      | 【添加物】  |       |
|                  |       |         | 乳化剤       | 酸味料      |           | 酵素         | 膨張剤    |       |
|                  |       |         | 着色料       | 乳酸Ca     |           | 香辛料抽出物     | グリシン   |       |
|                  |       |         | 酸化防止剤     |          |           |            | 調味料    |       |
| アレルギー表示          |       |         |           |          |           |            |        |       |
|                  | ごま    | 小麦      | 小麦        | えび       | 小麦        | 小麦         | 小麦     | 大豆    |
|                  |       | 大豆      | 乳成分       | 小麦       | 卵         | 卵          | 大豆     |       |
|                  |       |         | 大豆        | 大豆       | 大豆        | 乳成分        |        |       |
|                  |       |         | 鶏肉        | 鶏肉       |           | 大豆         |        |       |
|                  |       |         |           | 豚肉       |           | 鶏肉         |        |       |
|                  |       |         |           | もも       |           | ゼラチン       |        |       |
|                  |       |         |           | りんご      |           |            |        |       |
| 備考欄              |       |         |           |          |           |            |        |       |
|                  | 小梅    |         |           |          |           |            |        |       |

8/21 昼食 からあげ弁当



| 弁当名：からあげ弁当 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                      |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                        |                                                                             |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| 献立名        | ふりかけご飯                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | スパゲティ                                                                                                | 唐揚げ                                                                                                                                           | 野菜<br>コロッケ                                                                                                                                                    | ポテトサラダ                                                                                                                                                               | 揚げ餃子                                                                                                                                                                   | 一食ソース                                                                       |
| 食品名        | 精白米<br>【たまごふりかけ】<br>いりこま<br>小麦粉<br>砂糖<br>卵黄粉末<br>食塩<br>加工油脂<br>大豆加工品<br>還元水あめ<br>としあん<br>チキンエキス<br>酵母エキス<br>魚介エキス<br>鷹節エキス<br>鷹節<br>鶏肉粉末<br>味噌<br>海藻カルシウム<br>のり<br>醤油<br>醸造酢<br>乳製品<br>ぶどう糖果糖液糖<br>イーست<br>バーム油<br>みりん<br>あおさ<br>抹茶<br>デキストリン<br>【添加物】<br>調味料<br>イー스트フード<br>酸化防止剤<br>着色料<br>香料<br>PH調整剤<br>クエン酸 | スパゲティ<br>トマケチャップ<br>食用植物油<br>砂糖<br>チキンブイヨン<br>乳たんぱく<br>【添加物】<br>グリシン<br>乾燥Na<br>増粘剤<br>調味料<br>パプリカ色素 | 鶏もも肉<br>澱粉<br>濃口醤油<br>砂糖<br>発酵調味料<br>生姜<br>にんにく<br>塩こしょう<br>菜種油<br>【添加物】<br>調味料<br>清酒<br>PH調整剤<br>ビタミンB1<br>保存料<br>乳化剤<br>グリセリン<br>甘味料<br>着色料 | じゃが芋<br>コーン<br>玉ねぎ<br>にんじん<br>砂糖<br>乾燥マッシュポト<br>グリーンビース<br>大豆油<br>香辛料<br>【衣】<br>パン粉<br>小麦粉<br>粟粉<br>食塩<br>【揚げ油】<br>菜種油<br>【添加物】<br>調味料<br>増粘多糖類<br>乳化剤<br>着色料 | ばれいしょ<br>人参<br>玉ねぎ<br>香辛料<br>《ドレッシング》<br>植物油<br>乳等を主要原料とする食品<br>砂糖<br>鶏卵<br>醸造酢<br>食塩<br>乳たんぱく<br>チキンコンソメ<br>【コーン】<br>とうもろこし<br>【皮】<br>小麦粉<br>調味料<br>食塩<br>酵素<br>香辛料 | キャベツ<br>玉ねぎ<br>ニラ<br>豚脂<br>粒状植物性たん白<br>鶏肉<br>バン粉<br>醤油<br>食塩<br>砂糖<br>ごま油<br>おろしにんにく<br>香辛料<br>清酒<br>【追加物】<br>小麦粉<br>植物油<br>食塩<br>【揚げ油】<br>醸造酢<br>菜種油<br>【添加物】<br>加工澱粉 | 合成酢<br>砂糖<br>食塩<br>香辛料<br>玉ねぎ<br>【添加物】<br>酸味料<br>着色料<br>調味料<br>甘味料<br>増粘多糖類 |
| アレルギー表示    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                      |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                        |                                                                             |
|            | 小麦<br>乳糖成分<br>大豆<br>ごま<br>大豆<br>鶏肉                                                                                                                                                                                                                                                                              | 小麦<br>乳糖成分<br>大豆<br>鶏肉                                                                               | 小麦<br>大豆<br>鶏肉                                                                                                                                | 小麦<br>大豆                                                                                                                                                      | 小麦<br>卵<br>乳糖成分<br>大豆<br>鶏肉<br>ゼラチン                                                                                                                                  | 小麦<br>乳糖成分<br>豚肉<br>大豆<br>鶏肉<br>ごま                                                                                                                                     | 大豆                                                                          |

# 8/22 昼食 チキン南蛮弁当



| 弁当名:チキン南蛮弁当 |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                          |                                                                                                                      |                                                                                                                         |         |
|-------------|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 献立名         | ご飯                        | チキン南蛮                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 金平蓮根                                                                                                                                                                                             | 花人参                                                                                                                                                                        | 玉子焼き                                                                                                                                                     | 蒲鉾                                                                                                                   | タルタルソース                                                                                                                 | グリーンリーフ |
| 食品名         | 精白米<br>黒ごま                | 鶏肉<br>醤油<br>生姜<br>にんにく<br>植物性たん白<br>ぶどう糖<br>食塩<br>小麦粉<br>【だし(の素)】<br>食塩<br>卵白粉<br>《チキンエキス》<br>鶏がら<br>人参<br>生姜<br>【衣】<br>小麦粉<br>鶏卵<br>卵白粉<br>食塩<br>植物油<br>香辛料<br>米粉<br>【揚げ油】<br>大豆油<br>菜種油<br>【タレ】<br>砂糖<br>醤油<br>醸造酢<br>食塩<br>香辛料<br>【バネリ】<br>【添加物】<br>加工澱粉<br>膨張剤<br>調味料<br>トレハロース<br>キシロース<br>香辛料<br>着色料<br>糊料 | れんこん<br>淡口醤油<br>発酵調味料<br>砂糖<br>菜種油<br>風味調味料<br>白ごま<br>【だし(の素)】<br>ぶどう糖<br>食塩<br>鶏卵粉末<br>昆布粉末<br>昆布粉末<br>乾燥茸粉末<br>【添加物】<br>pH調整剤<br>乳化剤<br>グリセリン<br>メタリン酸Na<br>亜硫酸塩<br>調味料<br>乳白剤<br>保存料<br>グリセリン | 人参(花型)<br>淡口醤油<br>砂糖<br>味醂風味料<br>【だし(の素)】<br>ぶどう糖<br>食塩<br>鶏卵粉末<br>トレハロース<br>ソルビット<br>加工澱粉<br>調味料<br>リン酸塩(Na)<br>蛋白加水分解物<br>【添加物】<br>pH調整剤<br>乳化剤<br>保存料<br>グリセリン<br>酸化防止剤 | 鶏卵<br>植物油<br>発酵調味料<br>食塩<br>食酢<br>だし<br>【添加物】<br>トレハロース<br>ソルビット<br>加工澱粉<br>調味料<br>リン酸塩(Na)<br>蛋白加水分解物<br>【添加物】<br>pH調整剤<br>乳化剤<br>保存料<br>グリセリン<br>酸化防止剤 | 鶏肉<br>醤油<br>卵<br>卵白<br>食塩<br>調味料<br>乾燥玉ねぎ<br>ガーリックペースト<br>蒸餾レモン果汁<br>ビクルス<br>香辛料<br>【添加物】<br>糊料<br>調味料<br>香辛料<br>酸味料 | 食用植物油<br>卵<br>ぶどう糖果糖液糖<br>醸造酢<br>食塩<br>乾燥玉ねぎ<br>ガーリックペースト<br>蒸餾レモン果汁<br>ビクルス<br>香辛料<br>【添加物】<br>糊料<br>調味料<br>香辛料<br>酸味料 | グリーンリーフ |
| アレルギー表示     |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                          |                                                                                                                      |                                                                                                                         |         |
| ごま          | 小麦<br>卵<br>大豆<br>鶏肉<br>ごま | 小麦<br>ごま<br>大豆                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 小麦<br>大豆                                                                                                                                                                                         | 小麦<br>大豆                                                                                                                                                                   | 小麦<br>卵<br>大豆                                                                                                                                            | 小麦<br>卵<br>大豆                                                                                                        | 卵<br>大豆                                                                                                                 |         |

8/23 昼食 ハンバーグ弁当

[illegible]