

中学1年生お弁当 メニュー表

2015年 12月

明法学院

		1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
日替弁当		カニクリームコロッケ &エビフライ	肉野菜炒め	チキンカツおろし煮	ねぎ塩豚焼肉	メンチカツ&海老カツ
副 菜		スパゲティーサラダ	アジフライ	シュウマイ	ハムカツ	目玉焼き
副 菜		きのこのバターソテー	茄子の揚げ浸し	きんぴらごぼう	キャベツと胡瓜の塩もみサラダ	ニラともやしの中華和え
漬 物		漬物・梅干	漬物・梅干	漬物・梅干	漬物・梅干	漬物・梅干
カロリー/塩分		939kcal / 2.7g	909kcal / 2.6g	903kcal / 3.1g	859kcal / 3.2g	884kcal / 3.0g
	7日(月)					
日替弁当	豚キムチ炒め	/	/	/	/	/
副 菜	揚げ餃子					
副 菜	春雨サラダ					
漬 物	漬物・梅干					
カロリー/塩分	832kcal / 2.9g					

**本年はご利用いただき誠にありがとうございました。
2016年もよろしくお願い致します。**

※尚、市場相場等により、メニューの内容が多少変更になる場合がありますので、ご了承下さい。

「食品添加物について」

・食品添加物とは？

→食品衛生法では「食品の製造の過程において又は食品の加工もしくは保存の目的で食品に添加、混和、浸潤その他の方法によって使用するもの」と定められています。

・食べても安全？

→食品添加物は安全性試験などの結果に基づいて使用基準が定められています。人が一生涯にわたって毎日摂取しても全く影響がない量(一日摂取許容量:ADI)を求め、日本人の各食品の摂取量などを考慮した上で使用対象食品や最大使用量などが決められます。従って使用基準の上限量を添付したとしてもADIを十分に下回る量しか摂取しないようになっているため安全性には問題ありません。

・甘味料…食品に甘みを与える。(例:アスパラテーム)

・着色料…食品を着色し、色調を調整する。(例:コチニール色素)

・保存料…カビや細菌などの発育を抑制、食品の保存性を向上。(例:ソルビン酸)

・発色剤…ハム・ソーセージなどの色調・風味を改善する。(例:亜硝酸Na)

・乳化剤…水と油を均一に混ぜ合わせる。(例:植物レシチン)

参考資料:消費者庁HP 食品添加物表示のはなし