

## 2021年度 体験プログラム活動中の食事内容(半日体験)

### < 半日体験中の食事内容・原材料表 >

<b>魚つかみと料理体験</b>	メニュー	川魚の塩焼き
焼きたての川魚を食べます。	主構成	アマゴ・イワナ・ニジマスいずれかの塩焼き
	原材料	○アマゴ・イワナ・ニジマスいずれか (いずれもサケ科)、食塩
	アレルゲン	さけ
<b>鮎つかみと料理体験</b>	メニュー	鮎の塩焼き
焼きたての鮎の塩焼きを食べます。	主構成	鮎の塩焼き
	原材料	○鮎、食塩
	アレルゲン	
<b>オリジナル五平もち作り</b>	メニュー	五平もち
郡上産のお米をつぶした五平餅に自然園オリジナルのタレをつけていただきます。	主構成	ごはん、味噌だれ、ナッツ類
	原材料	○ごはん :うち米 ○味噌だれ:砂糖、みりん(もち米、米麴、醸造アルコール、糖類)、郡上味噌(大豆、大麦、食塩、米、酒糟) ○ナッツ類:くるみ、ピーナッツ、エゴマ
	アレルゲン	くるみ、大豆
<b>郡上の美味しい水でうどん作り</b>	メニュー	うどん
自分たちで麺から作ったうどんを食べます。	主構成	うどん、うどんつゆ
	原材料	○うどん :小麦粉、食塩 ○うどんつゆ:こんぶ、かつおぶし、しょうゆ(食塩、脱脂加工大豆、小麦、大豆、米、アルコール、調味料) みりん(もち米、米麴、醸造アルコール、糖類)
	アレルゲン	小麦、大豆
<b>火起こし体験とクルミストラップ作り</b>	メニュー	くるみ
くるみを割り、中身を食べます。その後、殻を使いストラップ作りをします。	主構成	くるみ
	原材料	○くるみ
	アレルゲン	くるみ
<b>塩分補給として全体験にお配りすることがあります。</b>	メニュー	塩あめ
塩分補給として全体験にお配りすることがあります。	主構成	水分補給サポートキャンディー 塩熱飴
塩分補給として全体験にお配りすることがあります。	原材料	○塩熱飴:砂糖、水飴、食塩、ブドウ糖、クエン酸、乳酸カルシウム、香料、塩化カリウム、ビタミン C、ビタミンB1 ※本品は電解質の補給を目的にしているため、一般のキャンディーよりナトリウム、カリウムの電解質の濃度が高くなっており塩分の摂取制限されている方、腎疾患の方、乳幼児の方等はお召し上がりません。
	アレルゲン	