

## 第9回水戸黄門漫遊マラソン 給食品 成分表示一覧

### ■ コース上の給食品

給食品	配布地点	成分表示
チョコ玉 	7.1km：荘司様宅前	【オールシーズンチョコレート】 砂糖、乳糖、カカオマス、全粉乳、ココアパウダー、脱脂粉乳、ココアバター、植物油脂、でん粉、増粘剤(アラビアガム、トリアデントガム)、加工でん粉、光沢剤、着色料(フラボノイド)、香料(この商品には、乳及び、大豆を原材料の一部として含みません) 【オールシーズンチョコレートあまおう苺】 砂糖(国内製造、タイ製造)、乳糖、全粉乳、ココアバター、脱脂粉乳、植物油脂、カカオマス、ココアパウダー、苺パウダー(デキストリン、砂糖、苺ピューレ)、でん粉、食塩、でん粉分解物/増粘剤(アラビアガム、トラガントガム)、香料、野菜色素、加工でん粉、酸味料、光沢剤、乳化剤(一部に乳成分・大豆を含む)
塩分タブレット 	7.1km：荘司様宅前 12.0km：下町食堂 16.6km：YショップMG 22.6km：ヘアサロン・ソレイユ 28.0km：桜川車庫向 33.0km：偕楽園別邸付近 39.8km：マイルストーン	砂糖(国内製造)、ブドウ糖、水飴、食塩、乳糖/クエン酸Na、クエン酸、乳化剤、塩化K、香料、フマル酸Na、着色料(ビタミンB <sub>2</sub> )
バナナ 	12.0km：下町食堂	エネルギー 93kcal、水分 75.4g、タンパク質 1.1g、炭水化物 22.5g、食物繊維 1.1g、カリウム 360mg、マグネシウム 32mg、カルシウム 6mg、鉄 0.3mg、ビタミンA(β-カロテン当量) 56μg、ビタミンB <sub>1</sub> 0.05mg、ビタミンB <sub>2</sub> 0.04mg、ナイアシン 0.7mg、ビタミンB <sub>6</sub> 0.38mg、ビタミンC 16mg、ビタミンE(α-トコフェロール) 0.5mg、葉酸 26μg
ミニたいやき 	16.6km：YショップMG	鯛焼き生地(ミックス粉(小麦粉、砂糖、その他)、卵、植物油脂)(国内製造)、あん(砂糖、小豆、食塩)/加工デンプン、トレハロース、膨張剤、乳化剤、香料、着色料(一部に小麦・乳成分・卵・大豆を含む)
から揚げ 	16.6km：YショップMG	鶏唐揚げ(鶏モモ肉、澱粉、醤油、その他)(国内製造)、(一部に小麦・大豆・鶏肉を含む)
干し梅 	22.6km：ヘアサロン・ソレイユ	梅、漬け原材料【食塩、還元水飴、醸造酢、はちみつ】/酒精、酸味料、調味料(アミノ酸等)、甘味料(ステビア、スクラロース)、V.B1

給食品	配布地点	成分表示
ムーブビート(ようかん) 	22.6km : ヘアサロン・ソレイユ	小豆/小豆(国内産)、乳糖果糖オリゴ糖、氷砂糖、米飴、寒天、塩、マルトデキストリン、乳酸菌(殺菌) 干芋/さつまいも(国内産)、てんさい糖、りんご、寒天、米飴、塩(一部にりんご含む)
冷凍ブルーベリー 	27.9km : ラッキー給食	ブルーベリー : 40g(20 個) あたりのビタミン・ミネラル・食物繊維・塩分など 【ビタミン】(一食あたりの目安) ビタミン A 2μg、ビタミン E 0.68mg、ビタミン K 6μg、ビタミン B <sub>1</sub> 0.01mg、ビタミン B <sub>2</sub> 0.01mg、ナイアシン 0.08mg、ビタミン B <sub>6</sub> 0.02mg、葉酸 4.8μg、パントテン酸 0.05mg、ビオチン 0.44μg、ビタミン C 3.6mg 【ミネラル】 ナトリウム 0.4mg、カリウム 28mg、カルシウム 3.2mg、マグネシウム 2mg、リン 3.6mg、鉄 0.08mg、亜鉛 0.04mg、銅 0.02mg、マンガン 0.1mg、モリブデン 0.4μg 【その他】食物繊維 総量 1.32g 栄養素摂取適正值算出基準
ミニトマト 	27.9km : ラッキー給食	1個あたりの含有量 ビタミン C 約 9.8mg、リコピン約 1.6mg、モリブデン約 3.6μg、カリウム約 72mg、食物繊維約 0.3g、カロリー約 5kcal
アンパン 	28.0km : 桜川車庫向	つぶあん、小麦粉、糖類、卵、ショートニング、パン酵母、脱脂粉乳、食塩、発酵風味料、植物油脂、発酵種/乳化剤、糊料(グアー、アルギン酸エステル)、酢酸(Na)、イーストフード、加工デンプン、V.C.(一部に乳成分・卵・小麦・大豆を含む)
有平糖(梅) 	28.0km : 桜川車庫向	砂糖(甜菜(北海道産))、小麦粉、水飴、米油、梅肉粉末(和歌山県製造)、紫蘇粉末、食塩、梅肉エキス(神奈川県製造)/クエン酸、ビタミン C、香料
焼きいもようかん 	33.0km : 偕楽園別邸付近	焼きもペースト(インドネシア製造)、砂糖、水飴、マルチロール、寒天/グリシン、乳化剤、香料

給食品	配布地点	成分表示
ミルクレーズン 	33.0km：偕楽園別邸付近	レーズン(トルコ産)、砂糖、植物油(パーム油、菜種油)、全粉乳、でんぷん、脱脂粉乳/香料、(一部に乳成分・大豆を含む)
塩分チャージゼリー 	39.8km：マイルストーン	砂糖(国内製造)、果糖ぶどう糖液糖、水飴、ぶどう糖、濃縮リンゴ果汁、濃縮レモン果汁、こんにゃく芋粉、食塩/ゲル化剤(増粘多糖類)、pH調整剤、香料、着色料(黄4、青1)
有平糖(きなこ味) 	39.8km：マイルストーン	【金の衣】 砂糖(甜菜糖(甜菜(北海道産))黒砂糖(さとうきび(沖縄産))、水飴、大豆きな粉、米油

## ■ フィニッシュエイド

給食品	配布地点	成分表示
おにぎり梅 	ゴール後：県三の丸庁舎	エネルギー 153kcal、たんぱく質 2.5g、脂質 0.3g、炭水化物 33.9g、食物繊維 0.6g、カリウム 51mg、カルシウム 6mg、マグネシウム 9mg、鉄 0.2mg、食塩相当量 1g、レチノール当量 12μg、ビタミンD 0μg、ビタミンE 0mg、ビタミンB1 0.02mg、ビタミンB2 0.02mg、ビタミンC 1mg、コレステロール 0mg 文部科学省編<日本食品標準成分表 2010>による
塩まんじゅう 	ゴール後：県三の丸庁舎	砂糖(国内製造)、生飴、寒梅粉、水飴、ブドウ糖、オリゴ糖、食塩
うまい棒 	ゴール後：県三の丸庁舎	コーン(アメリカ、分別生産流通管理済み)、植物油、糖類(ぶどう糖、砂糖)、ガーリックシーズニング、香辛料、パン粉、キャベツエキスパウダー、乾燥ポテト、食塩、たん白加水分解物/調味料(アミノ酸等)、酸味料、パプリカ色素、カラメル色素、香料、(一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチンを含む)

給食品	配布地点	成分表示
バナナ 	ゴール後：県三の丸庁舎	エネルギー 93kcal、水分 75.4g、タンパク質 1.1g、炭水化物 22.5g、食物繊維 1.1g、カリウム 360mg、マグネシウム 32mg、カルシウム 6mg、鉄 0.3mg、ビタミンA(β-カロテン当量) 56μg、ビタミン B1 0.05mg、ビタミン B2 0.04mg、ナイアシン 0.7mg、ビタミン B6 0.38mg、ビタミン C 16mg、ビタミン E(α-トコフェロール) 0.5mg、葉酸 26μg
トマトジュース 	ゴール後：女子更衣室（各ホテル）	トマト(茨城県産)
玉子焼き 	ゴール後：県三の丸庁舎	100gあたり 水分 71.9g、熱量 146Kcal、タンパク質 10.5g、脂質 9.2g、炭水化物、食塩相当量、飽和脂肪酸他
栗の渋皮煮 	ゴール後：県三の丸庁舎	100gあたり 熱量 230Kcal、たんぱく質 1.8g、脂質 0.4g、炭水化物 563g
吉原殿中 	ゴール後：県三の丸庁舎	水飴、砂糖、きなこ(大豆：遺伝子組み換えでない)、もち米(国内産)、オブラート
梅ボンボン 	ゴール後：県三の丸庁舎	梅(露茜 青梅 石岡産)、砂糖、レモン、寒天
ほしいもマドレーヌ 	ゴール後：県三の丸庁舎	さつまいも(茨城県産)、卵、砂糖、小麦粉、バター、牛乳、塩/ベーキングパウダー(一部に卵、小麦粉、乳成分を含む)

※ 給食品の写真は、提供される実物と異なる場合があります。

※ 給食品は、準備状況等により急遽変更となる場合があります。