

R7年 1~3月メニュー

1月

月	火	水	木	金	土	日
		A 1	B 2	C 3	A 4	B 5
C 6	A 7	B 8	C 9	A 10	B 11	C 12
A 13	B 14	C 15	A 16	B 17	C 18	A 19
B 20	C 21	A 22	B 23	C 24	A 25	B 26
C 27	A 28	B 29	C 30	A 31		

2月

月	火	水	木	金	土	日
					B 1	C 2
A 3	B 4	C 5	A 6	B 7	C 8	A 9
B 10	C 11	A 12	B 13	C 14	A 15	B 16
C 17	A 18	B 19	C 20	A 21	B 22	C 23
A 24	B 25	C 26	A 27	B 28		

3月

月	火	水	木	金	土	日
					C 1	A 2
B 3	C 4	A 5	B 6	C 7	A 8	B 9
C 10	A 11	B 12	C 13	A 14	B 15	C 16
A 17	B 18	C 19	A 20	B 21	C 22	A 23
B 24	C 25	A 26	B 27	C 28	A 29	B 30
C 31						

《 季節の食材 》
さば・大根・ほうれん草・ごぼう
《 地元の料理・食材 》
みそポテト・秩父こんにゃく・秩父みそ

朝食の「※1.※2」は、幼児メニューの場合「※1はミートボールに変更」「※2はふりかけに変更」となります。

	A	B	C	
朝食	ご飯	ご飯	ご飯	
	みそ汁(わかめ・ねぎ)	みそ汁(ねぎ・麩)	みそ汁(麩・わかめ)	
	さばの塩焼き ※1	さわらのバジル焼き ※1	あんかけ鶏しんじょ ※1	
	スクランブルエッグ	オムレツ	厚焼き玉子	
	昆布と揚げの煮物	ほうれん草の胡麻和え	金平ごぼう	
	ブロッコリードレッシング和え	ブロッコリーナムル	ブロッコリードレッシング和え	
	納豆 ※2	納豆 ※2	納豆 ※2	
	かっぱ漬	かっぱ漬	かっぱ漬	
				
	昼食	親子丼	焼きそば	カレーライス
みそ汁(ほうれん草・油揚げ)		ベーコンのコンソメスープ	ブロッコリーとコーンのサラダ	
ブロッコリーとコーンのサラダ		海藻サラダ	メンチカツ	
みそポテト		黒はんぺんフライ		
				
夕食		ご飯	ご飯	ご飯
		コーンスープ	秩父みそ使用みそ汁	わかめスープ
		ホワイトソースハンバーグ	エビフライ(幼児1本/小学生以上2本)	鶏竜田揚げ(ハニーマスタード)
		キャベツの千切り	白身フライ(幼児半分/小学生以上1ヶ)	キャベツの千切り
		わかめのしらす和え	キャベツの千切り	秩父こんにゃくの甘煮
	フライドポテト	ほうれん草と油揚げの煮浸し	大根のツナマヨ和え	
	漬物	ポテトサラダ	漬物	
	みかんシラップ漬	漬物	ぶどうゼリー	
		プリン		
				

※ アレルギー物質の特定原材料（8品目）と特定原材料に準ずるもの（20品目）を記載してあります。

◆特定原材料（省令で定められたもの）

えび、かに、小麦、そば、卵、乳成分、落花生、くるみ(くるみは2025年4月から表示が完全義務化となります)

◆特定原材料に準ずるもの（通知で定められたもの）

アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカミアナッツ、もも、やまいち、りんご、ゼラチン

◆朝食A

メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの
ご飯		
味噌汁	かつおだし	
	合わせ味噌	大豆
	わかめ	
	ねぎ	
サバの塩焼き		さば 大豆
昆布と揚げの煮物		小麦 大豆 豚肉
スクランブルエッグ	スクランブルエッグ	小麦 卵 乳成分 大豆
	ケチャップ	
ブロッコリードレッシング和え	ブロッコリー	
	イタリアンドレッシング	大豆 りんご
納豆		大豆 小麦 豚肉
かっぱ漬け		小麦 大豆 ごま

◆昼食A

メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの
親子丼	ご飯	
	鶏肉	小麦 大豆 鶏肉
	玉ねぎ	
	ふわとろ卵	卵 乳成分 小麦 大豆 鶏肉
	のり	
	調味液	小麦 大豆 さば
みそ汁	合わせ味噌	大豆
	かつおだし	
	ほうれん草	
	油揚げ	大豆
ブロッコリーとコーンのサラダ	キャベツ	
	ブロッコリー	
	コーン	
	サウザンドレッシング	卵 小麦 大豆 りんご
みそポテト	じゃがいも	
	てんぷら粉	小麦 大豆 卵
	味噌ソース	大豆

◆夕食A

メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの
ご飯		
コーンスープ		小麦 乳成分 牛肉 大豆 鶏肉
ハンバーグ	ハンバーグ	小麦 卵 乳成分 牛肉 大豆 豚肉
		ゼラチン 鶏肉
	ホワイトソース	小麦 大豆 乳成分 鶏肉 豚肉 ゼラチン
キャベツの千切り	キャベツ	
	和風ドレッシング	小麦 乳成分 大豆 ゼラチン
フライドポテト		大豆
わかめのしらす和え	わかめ	
	しらす	
	白ごま	ごま
	調味液	ごま 小麦 さば 大豆 鶏肉
漬物	たくあん	小麦 大豆
みかんシラップ漬け		

注) 魚介類：無差別に捕獲したものをそのまま原材料に用いている等、どの種類の魚介類が入っているか把握できていない場合に表示されます。

※ アレルギー物質の特定原材料（8品目）と特定原材料に準ずるもの（20品目）を記載してあります。

◆特定原材料（省令で定められたもの）

えび、かに、小麦、そば、卵、乳成分、落花生、くるみ(くるみは2025年4月から表示が完全義務化となります)

◆特定原材料に準ずるもの（通知で定められたもの）

アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

◆朝食B

メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの
ご飯		
味噌汁	合わせ味噌	大豆
	かつおだし	
	麩	小麦
	ねぎ	
さわらのバジル焼き	さわら	
	バジルソース	小麦 乳成分 大豆 鶏肉 豚肉
ほうれん草の胡麻和え		小麦 ごま 大豆 さば
オムレツ	オムレツ	卵 大豆
	ケチャップ	
ブロッコリーナムル	ブロッコリー	
	調味液	小麦 大豆 ごま 鶏肉
納豆		大豆 小麦 豚肉
かっぱ漬		小麦 大豆 ごま

◆昼食B

メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの
焼きそば	麺	小麦 さけ
	ソース	えび 小麦 卵 大豆 鶏肉 豚肉
		もも りんご ゼラチン 乳成分
	豚肉	豚肉
	キャベツ	
	かつお節	
青のり		
ベーコンのコンソメスープ	コンソメ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン 乳成分
		牛肉
	ベーコン	卵 乳成分 大豆 豚肉
玉ねぎ		
海藻サラダ	キャベツ	
	海藻	
	青じそドレッシング	小麦 大豆 りんご
黒はんぺんフライ	黒はんぺんフライ	さば 大豆 小麦
	ソース	りんご

◆夕食B

メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの
ご飯		
秩父味噌使用みそ汁	秩父味噌	大豆 小麦
	かつおだし	
	玉ねぎ	
	豆腐	大豆
エビフライ		えび 小麦 卵 大豆 乳成分
白身フライ		小麦 大豆
タルタルソース		卵 大豆 りんご 小麦
キャベツの千切り	キャベツ	
	和風ドレッシング	小麦 乳成分 大豆 ゼラチン
ポテトサラダ		小麦 卵 乳成分 大豆 りんご
ほうれん草と揚げの煮浸し	ほうれん草	
	油揚げ	大豆
	調味液	小麦 大豆 さば
漬物	たくあん	小麦 大豆
プリン		卵 乳成分 大豆

注) 魚介類：無差別に捕獲したものをそのまま原材料に用いている等、どの種類の魚介類が入っているか把握できていない場合に表示されます。

※ アレルギー物質の特定原材料（8品目）と特定原材料に準ずるもの（20品目）を記載してあります。

◆特定原材料（省令で定められたもの）

えび、かに、小麦、そば、卵、乳成分、落花生、くるみくるみは2025年4月から表示が完全義務化となります

◆特定原材料に準ずるもの（通知で定められたもの）

アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

◆朝食C

メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの
ご飯		
味噌汁	合わせ味噌	大豆
	かつおだし	
	麩	小麦
	わかめ	
あんかけ鶏しんじょ	鶏しんじょ	小麦 卵 乳成分 大豆 鶏肉 豚肉 やまいも
	あん	小麦 大豆 さば
金平ごぼう		小麦 ごま 大豆
厚焼き玉子		卵 乳成分 小麦 大豆 ゼラチン
ブロッコリードレッシング和え	ブロッコリー	
	イタリアンドレッシング	大豆 りんご
納豆		大豆 小麦 豚肉
かつば漬け		小麦 大豆 ごま

◆昼食C

メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの
カレーライス	白飯	
	玉ねぎ	
	人参	
	豚肉	豚肉
	カレールー	乳成分 小麦 鶏肉 豚肉 大豆 りんご 牛肉 バナナ やまいも
ブロッコリーとコーンのサラダ	キャベツ	
	ブロッコリー	
	コーン	
	サウザンドレッシング	卵 小麦 大豆 りんご
メンチカツ	メンチカツ	小麦 乳成分 牛肉 大豆 鶏肉 豚肉
	ソース	りんご

◆夕食C

メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの
ご飯		
わかめスープ	わかめ	
	中華スープ	小麦 乳成分 牛肉 ごま ゼラチン 大豆 鶏肉 豚肉
鶏竜田揚げ	鶏竜田揚げ	小麦 ごま 大豆 鶏肉 注) 魚介類
	ハニーマスタード	小麦 卵 乳成分 大豆 鶏肉
キャベツの千切り	キャベツ	
	和風ドレッシング	小麦 乳成分 大豆 ゼラチン
糸こんにゃくの甘煮	秩父こんにゃく	
	調味液	小麦 大豆
大根のツナマヨ和え	大根	
	ツナ	大豆
	調味液	小麦 さば 大豆 りんご
	マヨネーズ	小麦 卵 大豆 りんご
漬物	たくあん	小麦 大豆
ぶどうゼリー		ゼラチン 大豆

注) 魚介類：無差別に捕獲したものをそのまま原材料に用いている等、どの種類の魚介類が入っているか把握できていない場合に表示されません。

名栗げんきプラザ食事メニュー アレルゲン情報 幼児夕食

※ アレルギー物質の**特定原材料（8品目）**と**特定原材料に準ずるもの（20品目）**を記載してあります。

◆**特定原材料（省令で定められたもの）**

えび、かに、小麦、そば、卵、乳成分、落花生、くるみ(くるみは2025年4月から表示が完全義務化となります)

◆**特定原材料に準ずるもの（通知で定められたもの）**

アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

幼児メニュー夕食

メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの
カレーライス ※1	白飯	
	玉ねぎ	
	人参	
	豚肉	豚肉
	カレールー甘口	乳成分 小麦 鶏肉 豚肉 大豆 りんご 牛肉 バナナ やまいも
チキンライス ※1	白飯	
	トマトソース	卵 乳成分 小麦 ごま 大豆 鶏肉 豚肉
	玉ねぎ	
	コーン	
	鶏肉	鶏肉
コーンスープ		小麦 乳成分 牛肉 大豆 鶏肉
キャベツの千切り	キャベツ	
	和風ドレッシング	小麦 大豆
照焼ハンバーグ	ハンバーグ	鶏肉 豚肉 牛肉 小麦 卵 大豆 ゼラチン 乳成分
	照焼ソース	小麦 牛肉 大豆 鶏肉 豚肉
ウインナー		豚肉 大豆 乳成分 卵 牛肉 小麦
フライドポテト		大豆
杏仁フルーツ		小麦 オレンジ もも りんご 乳成分 卵
		大豆

幼児メニュー朝食（ABC各朝食メニューの一部変更）

ミートボール ※2		小麦 卵 乳成分 ごま 大豆 鶏肉 牛肉 豚肉
ふりかけ ※2		小麦 乳成分 ごま さけ 大豆

※1 カレーライスとチキンライスは選択制で、どちらか一方となります。

※2 朝食は、ABC各朝食メニューの提供となり、一部メニューが変更になります。

（A朝食は「さばの塩焼き」、B朝食は「さわらのバジル焼き」、C朝食は「あんかけ鶏しんじょ」が「ミートボール」に変更）

（各朝食の「納豆」が「ふりかけ」に変更）



名栗げんきプラザ アレルゲン情報 おにぎり弁当

※ アレルギー物質の**特定原材料（8品目）**と**特定原材料に準ずるもの（20品目）**を記載してあります。

◆**特定原材料（省令で定められたもの）**

えび、かに、小麦、そば、卵、乳成分、落花生、くるみ(くるみは2025年4月から表示が完全義務化となります)

◆**特定原材料に準ずるもの（通知で定められたもの）**

アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

◆おにぎり弁当

メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの
鮭おにぎり		さけ
昆布おにぎり		小麦 ごま 大豆
おかかおにぎり		小麦 大豆
たくあん		大豆 小麦
鶏唐揚げ		小麦 ごま 大豆 鶏肉 注) 魚介類
ウインナー		卵 牛肉 鶏肉 豚肉
ブロッコリー		

※2個入りおにぎりは（鮭おにぎり・昆布おにぎり）になります。

※3個入りおにぎりは（鮭おにぎり・昆布おにぎり・おかかおにぎり）になります。

※おにぎりの種類変更は出来ません。

※仕入れの都合により内容が一部変更になることがあります。

注) 魚介類：無差別に捕獲したものをそのまま原材料に用いている等、どの種類の魚介類が入っているか把握できていない場合に表示されます。

名栗げんきプラザ アレルゲン情報 野外炊事メニュー

◆野外炊事メニュー

メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの
カレーライス	カレールー	乳成分 小麦 鶏肉 豚肉 大豆 りんご 牛肉 バナナ やまいも
	お米	
	豚肉	豚肉
	玉ねぎ	
	人参	
	じゃがいも	
	油	大豆
災害時対応カレーライス	カレールー	乳成分 小麦 鶏肉 豚肉 大豆 りんご 牛肉 バナナ やまいも
	お米	
	玉ねぎ	
	人参	
	じゃがいも	
	魚肉ソーセージ	かに 小麦 さけ 大豆
バーベキュー (ご飯セット or 焼きそばセット)	豚肉	豚肉
	お米(ご飯セット)	
	玉ねぎ	
	キャベツ	
	もやし	
	なす	
	油	大豆
	ウインナー	卵 乳成分 小麦 大豆 豚肉 牛肉
	焼き肉のタレ	小麦 大豆 りんご ごま
麺・添付調味料 (焼きそばセット)	小麦 さけ 大豆 豚肉 りんご	

メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの
手打ちうどん (※かき揚げはオプションです)	小麦粉	小麦
	打ち粉	小麦
	めんつゆ	小麦 さば 大豆
	七味唐辛子	ごま
	長ねぎ	
	※ かき揚げ	小麦 大豆 卵
ドラム缶ピザ A: ピーマン・ハム・トマト・ コーン・ピザソース B: ツナ・コーン・マヨネーズ C: しめじ・ベーコン・照焼ソース	小麦粉	小麦
	打ち粉	小麦
	砂糖	
	ドライイースト	
	塩	
	オリーブオイル	
	チーズ	乳成分
	ピーマン (Aセット)	
	トマト (Aセット)	
	ハム (Aセット)	小麦 卵 乳成分 大豆 豚肉
	ピザソース (Aセット)	大豆 りんご
	コーン (A・Bセット)	
	ツナ (Bセット)	
マヨネーズ (Bセット)	小麦 卵 大豆 りんご	
しめじ (Cセット)		
ベーコン (Cセット)	卵 乳成分 豚肉 大豆	
照焼ソース (Cセット)	小麦 大豆 ごま 乳成分 鶏肉 豚肉	
流しそうめん (※かき揚げはオプションです)	ひやむぎ	小麦
	めんつゆ	小麦 さば 大豆
	ちくわ	卵 小麦 大豆
	みかん缶	
	長ねぎ	
	七味唐辛子	ごま
	※ かき揚げ	小麦 大豆 卵
あそ棒パン	ホットケーキミックス	小麦 乳成分 大豆 卵
	打ち粉	小麦
	いちごジャム	
おにぎり&豚汁	米	
	ゆかり	
	わかめご飯の素	小麦 大豆
	のり	
	豚肉	豚肉
	人参	
	大根	
	玉ねぎ	
	ごぼう	
	こんにゃく	
	だし	
	合わせ味噌	大豆

朝食野外炊事 (ホットドッグセット)	パン	小麦 乳成分 卵 大豆
	コーンスープの素	乳成分 大豆 鶏肉 小麦
	レタス	
	ケチャップ	
	油	大豆
	ウィンナー	卵 乳成分 小麦 大豆 豚肉 牛肉 鶏肉
	卵	卵
朝食野外炊事 (サンドイッチセット)	食パン	乳成分 小麦 大豆
	レタス	
	トマト	
	ハム	小麦 卵 乳成分 大豆 豚肉
	マヨネーズ	小麦 卵 大豆 りんご
	マーガリン	乳成分 大豆
	いちごジャム	
	りんごジュース	りんご
焼きマシュマロ (※ビスケットはオプションで す)	マシュマロ	ゼラチン
	※ビスケット	小麦 大豆
ホイル焼き	豚肉	豚肉
	お米	
	キャベツ	
	もやし	
	しめじ	
	コーン	
	マーガリン	乳成分 大豆
	めんつゆ	小麦 さば 大豆
ドラム缶ドリア	ウィンナー	卵 乳成分 小麦 大豆 豚肉 牛肉
	お米	
	玉ねぎ	
	ほうれん草	
	しめじ	
	コーン	
	油	大豆
	牛乳	乳成分
	ホワイトソース	乳成分 小麦 大豆 鶏肉
	チーズ	乳成分
	防災時対応焼きそば	麺・添付調味料
キャベツ		
魚肉ソーセージ		かに 小麦 さけ 大豆

※かき揚げ・ビスケットはオプションメニュー（別料金）となります。

注）魚介類：無差別に捕獲したものをそのまま原材料に用いている等、どの種類の魚介類が入っているか把握できていない場合に表示されます。

名栗げんきプラザ アレルゲン情報 パーティー料理

◆パーティー料理

メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの
		<p style="color: red;">詳細についてはお問い合わせ下さい</p>

名栗げんきプラザ アレルゲン情報 おつまみセット

◆おつまみセット

メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの
鶏竜田揚げ		小麦 ごま 大豆 鶏肉 注) 魚介類
ウインナー		卵 乳成分 小麦 大豆 豚肉 牛肉
枝豆		大豆

注) 魚介類：無差別に捕獲したものをそのまま原材料に用いている等、どの種類の魚介類が入っているか把握できていない場合に表示されます。