

R6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	C 29			

3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

《 季節の食材 》
大根・小松菜・キャベツ・ごぼう・ブロッコリー
《 地元の料理・食材 》
みそポテト・秩父こんにゃく

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	
	味噌汁(わかめ・ねぎ)	味噌汁(ねぎ・麩)	味噌汁(麩・わかめ)	
	さばのレモングリル ※1	鶏肉の照焼 ※1	さわらのムニエル ※1	
	スクランブルエッグ	厚焼き玉子	オムレツ	
	ひじきの煮物	ポテトサラダ	スパゲティサラダ	
	ブロッコリードレッシング和え	ブロッコリードレッシング和え	ブロッコリードレッシング和え	
	納豆 ※2	納豆 ※2	納豆 ※2	
	かつば漬	かつば漬	かつば漬	
				
	昼食	ソース焼きそば	ミートソースパスタ	カレーライス
わかめスープ		コーンスープ	コールスローサラダ	
コールスローサラダ		コールスローサラダ	チキンカツ	
鶏唐揚げ		みそポテト		
				
夕食		ご飯	ご飯	ご飯
		オニオンコンソメスープ	味噌汁(豆腐・小松菜)	中華スープ
		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)	揚げ餃子(幼児2ヶ/小学生以上4ヶ)
		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
		小松菜と油揚げの煮浸し	キャベツの千切り	金平ごぼう
	フライドポテト	大根とツナの和え物	かに玉風オムレツ	
	漬物	秩父こんにゃくの甘煮	漬物	
	みかんシラップ漬	漬物	ぶどうゼリー	
		カスタードプリン		
				

R6 1月～3月 名栗げんきプラザ食事メニュー アレルゲン情報 Aメニュー

※ アレルギー物質の**特定原材料（7品目）**と**特定原材料に準ずるもの（21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

◆**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、くるみ、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、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	
さばのレモングリル	さば	さば
	レモンオイル	
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	
ひじきの煮物		小麦 大豆
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
ソース焼きそば	麺	小麦 さけ
	キャベツ	
	豚肉	豚肉
	人参	
	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
	かつお節	
	青のり	
	紅生姜	
わかめスープ	中華スープ	小麦 乳成分 牛肉 ごま ゼラチン 大豆 鶏肉 豚肉
	わかめ	
コールスローサラダ	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
鶏唐揚げ		小麦 ごま 大豆 鶏肉 注) 魚介類

◆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		
オニオンコンソメスープ	コンソメスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン 乳成分
	玉ねぎ	
ホワイトソースハンバーグ	ハンバーグ	小麦 卵 乳成分 牛肉 大豆 豚肉 ゼラチン
	ホワイトソース	小麦 大豆 乳成分 鶏肉 豚肉 ゼラチン
	パセリ	
キャベツの千切り	キャベツ	
	和風ドレッシング	小麦 大豆
小松菜と油揚げの煮浸し	小松菜	
	油揚げ	大豆
	調味液	小麦 さば 大豆
フライドポテト		大豆
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（7品目）**と**特定原材料に準ずるもの（21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

◆**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、くるみ、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、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	かつおだし	
	合わせ味噌	大豆
	ねぎ	
	麩	小麦
鶏肉の照焼き	鶏肉	小麦 卵 大豆 鶏肉
	照焼のタレ	小麦 乳成分 大豆 鶏肉 りんご
厚焼き玉子		卵 乳成分 小麦 大豆
ポテトサラダ		小麦 卵 乳成分 大豆 りんご さけ
		鶏肉 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
かっぱ漬け		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
ミートソースパスタ	パスタ麺	小麦
	ミートソース	小麦 牛肉 大豆 乳成分 鶏肉 豚肉 ゼラチン
コンスープ		乳成分 大豆 鶏肉 小麦
コールスローサラダ	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
	味噌ソース	大豆

◆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		
味噌汁	合わせ味噌	大豆
	かつおだし	
	豆腐	大豆
	小松菜	
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 大豆
大根とツナの和え物	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
秩父こんにゃくの甘煮	秩父こんにゃく	
	調味液	小麦 大豆
漬物	たくあん	小麦 大豆
カスタードプリン	プリンの素	卵 乳成分
	牛乳	乳成分

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（7品目）**と**特定原材料に準ずるもの（21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

◆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、くるみ、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、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	かつおだし	
	合わせ味噌	大豆
	麩	小麦
	わかめ	
さわらのムニエル		乳成分 大豆 小麦
オムレツ	卵	卵
	人参	
	グリーンピース	
	ケチャップ	
	調味液	卵 大豆
スパゲティサラダ		小麦 卵 乳成分 鶏肉 大豆
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	ご飯	
	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
	玉ねぎ	
	豚肉	豚肉
	人参	
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
チキンカツ		小麦 卵 乳成分 大豆 鶏肉

◆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		
中華スープ	ねぎ	
	中華スープの素	小麦 乳成分 牛肉 ごま ゼラチン 大豆 鶏肉 豚肉
揚げ餃子		小麦 大豆 豚肉
キャベツの千切り	キャベツ	
	和風ドレッシング	小麦 大豆
金平ごぼう		小麦 ごま 大豆
かに玉風オムレツ	オムレツ	卵 大豆
	甘酢餡	小麦 ごま 大豆 鶏肉 豚肉
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ず。

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（7品目）**と特定原材料に準ずるもの（21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、卵、乳成分、小麦、そば、落花生

◆**特定原材料に準ずるもの（通知で定められたもの）**

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、くるみ、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、アーモンド、バナナ、豚肉

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	
	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
ミートボール(朝食) ※2		小麦 卵 乳成分 ごま 大豆 鶏肉 牛肉 豚肉
ふりかけ(朝食) ※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 「ミートボール・ふりかけ」の変更は、ABC各メニューによって異なります。先頭の「ABCカレンダーの横のメニュー一覧」をご参照ください。





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（7品目）**と**特定原材料に準ずるもの（21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、卵、乳成分、小麦、そば、落花生

◆**特定原材料に準ずるもの（通知で定められたもの）**

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、くるみ、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、アーモンド、バナナ、豚肉

◆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
カレーナンセット	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	
	じゃがいも	

	油	大豆
	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
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
	豚肉	豚肉
バーベキュー (ご飯セット or 焼きそばセット)	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	小麦粉	小麦
	打ち粉	小麦
	砂糖	
	ドライイースト	
	塩	
	ピーマン	
	トマト	
	コーン	
	ハム	小麦 卵 乳成分 大豆 豚肉
	オリーブオイル	
	チーズ	乳成分

	ピザソース	大豆 りんご
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
	ミニトマト	
	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	小麦 乳成分 大豆 卵
	打ち粉	小麦
	いちごジャム	
朝食野外炊事 (ホットックセットorご飯セット)	パン (ホットックセットのみ)	小麦 乳成分 卵 大豆
	コーンスープの素 (ホットックセットのみ)	乳成分 大豆 鶏肉 小麦
	レタス (ホットックセットのみ)	
	ケチャップ (ホットックセットのみ)	
	油	大豆
	ウインナー	卵 乳成分 小麦 大豆 豚肉 牛肉 鶏肉
	卵	卵
	納豆(ご飯セットのみ)	大豆 豚肉 小麦
	ふりかけ (ご飯セットのみ)	小麦 乳成分 ごま さけ 大豆
	インスタントみそ汁 (ご飯セットのみ)	大豆 さば 注) 魚介類
朝食野外炊事 (サンドイッチ)	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	マシュマロ	ゼラチン
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	ウインナー	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	小麦	さけ	大豆	豚肉	りんご
キャベツ							
魚肉ソーセージ		かに	小麦	さけ	大豆		

※かき揚げは手打ちうどん・流しそうめんのオプションメニューとなります。

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
鶏唐揚げ		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。