

R7年 10～12月メニュー

10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		

11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	A 30

12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	A 30	B 31				

《 季節の食材 》
さば・かぼちゃ・なめこ・ごぼう・えのき など
《 地元の料理・食材 》
かてめし・秩父こんにゃく・秩父味噌

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	朝食	朝食
	ご飯 味噌汁(わかめ・ねぎ) さばのみぞれ煮 うの花 ※1 スクランブルエッグ ブロッコリードレッシング和え 納豆 ※2 味付け海苔	ご飯 秩父味噌の味噌汁(ねぎ・麴) ハムカツ 切り干し大根 ※1 オムレツ ブロッコリーナムル 納豆 ※2 味付け海苔	ご飯 味噌汁(麴・わかめ) 豆腐ハンバーグ ごぼうの煮物 ※1 厚焼き玉子 ブロッコリードレッシング和え 納豆 ※2 味付け海苔
			
	A	B	C
	昼食	昼食	昼食
	きつねうどん かてめし風混ぜご飯 ブロッコリーとコーンのサラダ チキンチーズ大葉巻	中華丼 えのきとわかめの中華スープ 海藻サラダ	ナポリタン コンソメスープ ブロッコリーとコーンのサラダ かぼちゃコロック
			
	A	B	C
	夕食	夕食	夕食
	ご飯 オニオンコンソメスープ ハンバーグ(デミソース) キャベツの千切り ごぼうの唐揚げ えのきと揚げの和え物 漬物 みかんシラップ漬け	ご飯 味噌汁(なめこ・豆腐) エビフライ コロッケ キャベツの千切り 昆布と揚げ煮物 漬物 プリン	ご飯 わかめスープ 鶏竜田揚げ キャベツの千切り 金平れんこん 秩父こんにゃくとツナの和え物 漬物 ぶどうゼリー
			

※ 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

◆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	
さばのみぞれ煮（骨あり）※		小麦 さば 大豆
うの花		小麦 卵 乳成分 大豆
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 鶏肉 豚肉
	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
味付け海苔		小麦 えび 大豆

※ 骨も柔らかく食べられるようになっています。

◆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
きつねうどん	うどん	小麦
	きつねあげ	小麦 大豆
	ねぎ	
	だし	小麦 大豆
かてめし風混ぜご飯	ご飯	
	筍	
	人参	
	こんにゃく	
	ごぼう	
	椎茸	
	油揚げ	大豆
	調味液	小麦 大豆 鶏肉
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
チキンチーズ大葉巻		小麦 卵 乳成分 大豆 鶏肉

◆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	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン 乳成分
	玉ねぎ	牛肉
ハンバーグ（デミソース）	ハンバーグ	小麦 卵 乳成分 牛肉 大豆 豚肉
		ゼラチン 鶏肉
	デミソース	小麦 牛肉 大豆 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 大豆
エノキと揚げの和え物	エノキ	
	油揚げ	大豆
	調味液	小麦 大豆 さば
ごぼうの唐揚げ		小麦 乳成分 大豆 卵 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

◆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		
秩父味噌の味噌汁	秩父味噌	大豆
	かつおだし	
	麴	小麦
	ねぎ	
ハムカツ	ハムカツ	小麦 卵 乳成分 大豆 豚肉 鶏肉
	ソース	りんご
切り干し大根		大豆 小麦
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
味付け海苔		小麦 えび 大豆

◆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
中華丼	ご飯	
	白菜	
	豚肉	豚肉
	筍	
	人参	
	えび	えび
	小松菜	
	きくらげ	
	うずらの卵	卵
	調味液	えび 小麦 卵 乳成分 ごま 大豆 豚肉 鶏肉
えのきとわかめの中華スープ	えのき	
	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
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

◆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	
	なめこ	
	豆腐	大豆
エビフライ	エビフライ	小麦 えび 卵 大豆
	タルタルソース	小麦 卵 大豆 りんご
コロッケ	コロッケ	小麦 卵 乳成分 牛肉 大豆 りんご
	ソース	りんご
キャベツの千切り	キャベツ	
	和風ドレッシング	小麦 大豆
昆布と揚げの煮物		小麦 大豆 豚肉
漬物	たくあん	小麦 大豆
プリン		卵 乳成分 大豆 小麦

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

◆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	かつおだし						
	合わせ味噌	大豆					
	わかめ						
	麩	小麦					
豆腐ハンバーグ	豆腐ハンバーグ	小麦	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉
		豚肉	牛肉				
	照焼のタレ	小麦	乳成分	大豆	鶏肉	りんご	
ごぼうの煮物		小麦	ごま	さば	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			
味付け海苔		小麦	えび	大豆			

◆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					
ナポリタン	麺	小麦					
	ナポリタンソース	小麦	卵	乳成分	大豆	りんご	
	ベーコン	卵	乳成分	大豆	豚肉		
	玉ねぎ						
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					
	玉ねぎ						
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						
	サウザンドドレッシング	卵	小麦	大豆	りんご		
かぼちゃコロッケ	かぼちゃコロッケ	小麦	卵	乳成分	大豆	牛肉	ゼラチン
	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	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						
鶏もも竜田揚げ		小麦	ごま	大豆	鶏肉	注)魚介類	
キャベツの千切り	キャベツ						
	和風ドレッシング	小麦	大豆				
金平れんこん		小麦	ごま	大豆	鶏肉	注)魚介類	
秩父こんにゃくとツナの和え物	秩父こんにゃく						
	ツナ	大豆					
	ごま	ごま					
	調味液	小麦	大豆	さば	鶏肉		
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ます。

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

◆**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「うの花」、B朝食は「切り干し大根」、C朝食は「ごぼうの煮物」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

◆**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
ウィンナー		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
	ウィンナー	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	
	オリーブオイル	
	チーズ	乳成分
	ピーマン	
	トマト	
	ハム	小麦 卵 乳成分 大豆 豚肉
	ピザソース	大豆 りんご
	コーン	
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
	カニカマ	小麦 えび かに 大豆 卵
	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	
	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
	ウインナー	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 卵
	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・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（オードブル）

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
		詳細についてはお問い合わせ下さい

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。