

R7年 1~3月メニュー

1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	

2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	

3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・ほうれん草・さつまいも・ごぼう・かに・里芋

« 地元の料理・食材 »

みそポテト・秩父こんにゃく・秩父みそ

※1) 幼児メニューを選択した場合、「納豆」が「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・麸）	みそ汁（麸・わかめ）
	ウインナー	さばの塩焼き	あんかけしんじょ
	スクランブルエッグ	枝豆	厚焼き玉子
	ほうれん草の胡麻和え	さつまいも甘露煮	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	納豆	納豆
	※1	※1	※1
味付け海苔	味付け海苔	味付け海苔	
昼食	カレーライス	焼きそば	豚丼
	ブロッコリーとコーンのサラダ	もやしのコンソメスープ	すまし汁（わかめ・ねぎ）
	カニクリームコロッケ	海藻サラダ	ブロッコリーとコーンのサラダ
		黒はんぺんフライ	みそポテト
夕食	ご飯	ご飯	ご飯
	みそ汁（玉ねぎ・なめこ）	秩父みそのみそ汁	中華スープ
	みそダレチキンカツ	豚肉の生姜焼き	ハニーマスタードチキン
	キャベツの千切り	キャベツの千切り	キャベツの千切り
	秩父こんにゃくの甘煮	わかめのしらす和え	ほうれん草と油揚げの煮浸し
	ポテトサラダ	里芋の煮物	フライドポテト
	漬物	漬物	漬物
	みかんシラップ漬け	プリン	ぶどうゼリー

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（8品目）と特定原材料に準ずるもの（20品目）を記載しています。

◆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					
ワインナー		卵	牛肉	豚肉	乳成分	
ほうれん草の胡麻和え		小麦	ごま	大豆	さば	
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
	ケチャップ					豚肉
プロッコリードレッシング和え	プロッコリー					
	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				
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
		牛肉	バナナ	やまいも	りんご	
プロッコリーとコーンのサラダ	キャベツ					
	プロッコリー					
	コーン					
	サウザンドレッシング	卵	小麦	大豆	りんご	
カニクリームコロッケ		かに	小麦	卵	乳成分	大豆
						鶏肉
		ゼラチン				

◆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										
みそ汁	かつおだし									
	合わせ味噌	大豆								
	玉ねぎ									
	なめこ									
みそだれチキンカツ	チキンカツ	小麦	卵	乳成分	大豆	鶏肉				
	みそダレ	大豆	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							
秩父こんにゃくの甘煮	秩父こんにゃく									
	調味液	小麦	大豆	さば						
ポテトサラダ		小麦	卵	乳成分	さけ	大豆				
漬物	たくあん	小麦	大豆							
みかんシラップ漬け										

名栗げんきプラザ食事メニュー アレルゲン情報 Bメニュー

※ 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、もち、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		
みそ汁	かつおだし	
	合わせ味噌	大豆
	麸	小麦
	ねぎ	
さばの塩焼き		さば 大豆
さつまいも甘露煮		
枝豆		大豆
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
焼きそば	麺	小麦 さけ
	ソース	えび 小麦 卵 大豆 鶏肉 豚肉
		もち 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	
もやしのコンソメスープ	コンソメ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン 乳成分
		牛肉
	もやし	大豆
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		
秩父みその味噌汁	秩父みそ	大豆
	かつおだし	
	豆腐	大豆
	ねぎ	
豚肉の生姜焼き	豚肉	豚肉
	玉ねぎ	
	もやし	大豆
	調味液	小麦 オレンジ 大豆 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
わかめのしらす和え	わかめ	
	しらす	
	ごま	ごま
	調味液	ごま 小麦 さば 大豆 鶏肉
里芋の煮物	里芋	
	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 小麦

名栗げんきプラザ食事メニュー アレルゲン情報 Cメニュー

※ 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、カシューなッツ、キウиф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	
	麸	小麦
	わかめ	
あんかけしんじょ	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
プロッコリードレッシング和え	プロッコリー	
	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
豚丼	ご飯	
	豚肉	豚肉
	玉ねぎ	
	調味液	小麦 大豆
すまし汁	かつおだし	
	わかめ	
	ねぎ	
プロッコリーとコーンのサラダ	キャベツ	
	プロッコリー	
	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
	みそソース	大豆

◆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	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	
ハニーマスターードチキン	鶏もも竜田揚げ	小麦 ごま 大豆 鶏肉 注)魚介類
	ハニーマスターード	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 大豆
フライドポテト		大豆
ほうれん草と油揚げの煮浸し	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
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、カシューなッツ、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										
ワインナー		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）

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。

（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）を記載しております。

◆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	
ワインナー		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						
災害時対応カレーライス	油	大豆					
	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						
バーベキュー (ご飯セット or 焼きそばセット)	魚肉ソーセージ	かに	小麦	さけ	大豆		
	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					
	ワインナー	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	
	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
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
あぞ棒パン	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	
	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
	ワインナー	卵 乳成分 小麦 大豆 豚肉 牛肉
	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				
	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				
ホイル焼き	めんつゆ	小麦 さば 大豆				
	ワインナー	卵	乳成分	小麦	大豆	豚肉
	お米					
	玉ねぎ					
	ほうれん草					
	しめじ					
	コーン					
	油	大豆				
	牛乳	乳成分				
ドラム缶ドリア	ホワイトソース	乳成分	小麦	大豆	鶏肉	
	チーズ	乳成分				
	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	
防災時対応焼きそば						

※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。

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）

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
ワインナー		卵	乳成分	小麦	大豆	豚肉
枝豆		大豆				牛肉

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。