

2026年

冬の献立表

閑谷学校レストラン
2026年1月1日～3月31日

		献立名	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	その他	I初キ たんぱく質 脂質 食塩相当量
朝食	A	ご飯			精白米		600 kcal
		さわらの味噌漬け焼き	鰯,味噌			砂糖,料理酒	28.9 g
		豚肉と切り干し大根の炒め物	豚肉	切り干し大根,人参,いんげん	砂糖,こま油	濃口醤油,みりん	13.0 g
		納豆	納豆			濃口醤油	2.4 g
		味噌汁	麸,昆布,かつおぶし,わかめ 味噌	小松菜			
		漬物				※漬物	
		オレンジ		オレンジ			
朝食	B	ご飯			精白米		547 kcal
		玉子焼き(チーズ入り)	★卵,●●ベーコン,●チーズ	人参,コーン,グリンピース		ケチャップ,オリーブオイル,食塩,こ しょう	19.8 g
		グリーンサラダ		キャベツ, サニーレタス, パブリカ		※ドレッシング	17.5 g
		ソーセージ	ソーセージ				2.5 g
		味噌汁	豆腐,昆布,かつおぶし,味噌,わ かめ	青ねぎ			
		漬物				※漬物	
		りんご		りんご			
※印に関しては、成分表を参照してください。							
昼食	A	鶏ごぼう天丼	鶏肉	ごぼう,青ネギ	精白米,砂糖,▲薄力粉,片栗粉,サ ラダ油	濃口醤油,食塩,料理酒,穀物酢, 生姜,ベーキングパウダー	1014 kcal
		グリーンサラダ		キャベツ, サニーレタス, パブリカ		※ドレッシング	34.2 g
		味噌汁	薄揚げ,昆布,かつおぶし,味噌, わかめ	青ネギ			42.8 g
		漬物				※漬物	3.7 g
		杏仁豆腐		みかん缶		●杏仁豆腐の素	
昼食	B	ゆかりご飯			精白米	ゆかりの素	812 kcal
		あんかけうどん	薄揚げ,かまぼこ,昆布,かつおぶ し,味噌,わかめ	玉ねぎ,人参,干し椎茸,青ネギ	▲うどん,片栗粉,砂糖	淡口醤油,みりん,食塩,生姜	17.6 g
		白菜のおかかポン酢和え	かつお節	白菜,ほうれん草	砂糖	ポン酢	13.5 g
		漬物				※漬物	4.5 g
		大学芋			大学芋		
※印に関しては、成分表を参照してください。							
夕食	A	ご飯			精白米		892 kcal
		チャプチエ	豚肉	玉ねぎ,人参,ほうれん草,干し椎 茸	春雨,砂糖,白ごま,ごま油,片栗粉	にんにく,生姜,料理酒,濃口醤 油,中華味	32.4 g
		中華風サラダ	★ハム	太もやし,小松菜	砂糖,こま油	濃口醤油,米酢	24.2 g
		春巻き	▲春巻き		大豆油		3.3 g
		白湯風のスープ	★かまぼこ	キャベツ,人参,きくらげ,青ネギ		ちゃんぽんスープの素	
		漬物				※漬物	
		フルーチエ	●牛乳			フルーチエ	
夕食	B	ご飯			精白米		1014 kcal
		鶏肉のパン粉焼き	鶏肉	ブロッコリー		食塩,こしょう,オリーブ油,▲ パン粉,パセリ	39.3 g
		ジャーマンポテト	★●ベーコン	玉ねぎ	ナチュラルカットポテト,サラ ダ油	食塩,こしょう	47.4 g
		コーンとマカロニのサラダ	ツナ	コーン	▲マカロニ	★マヨネーズ,濃口醤油,米酢, 食塩	3.7 g
		根菜のシチュー	★●ベーコン,●牛乳	大根,玉ねぎ,人参	じゃが芋	●▲シチュールー,●コンソメ	
		プリン	●牛乳		●ホイップクリーム	●プリンの素	

▷仕入れ状況により、メニューが変わる場合がございます。

▷アレルギー表記(★卵,●乳,▲小麦,◆落花生,■そば,♠かに,♣えび)その他のアレルギー対応はお問い合わせください。

栄養素	エネルギー	たんぱく質
平均栄養価(一日)	2440kcal	86.1g



1月～3月冬メニュー 食材食品成分表

朝食A

下記の通り、「7大アレルギー+大豆」のご対応させて頂きます。

対応食は、アレルギー対応カウンターにて直接お渡しいたします。

※カウンター受け渡しの際、お名前をお申し付けください。

NO.1

献立名	方対応法	食材	原材料	アレルギー表示(7大+大豆)								
				卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	えび	かに	その他
ご飯		お米	岡山県産									
さわらの味噌漬け焼き		さわら	—									青魚
		味噌	大豆,米,食塩/酒精		○	○						
		砂糖	—									
		料理酒	醸造アルコール(国内製造)米,米麹,糖類,みりん/調味料(アミノ酸等),酸味料									
豚肉と切り干し大根の炒め物		豚肉	豚肉									豚肉
		切干大根	大根									
		人参	—									
		いんげん	—									
		ごま油	ごま									ごま
		砂糖	—									
		濃口醤油	アミノ酸液(国内製造)食塩,脱脂加工大豆,小麦,糖類(砂糖,ぶどう糖,水あめ,砂糖混合,ぶどう糖果糖液糖)米/甘味料(天草)ビタミンB1,保存料(パラオキシ安息香酸)		○	○						
		みりん	もち米(越南産,国産)米こうじ(越南産米,国産米)糖類(国産製造),醸造アルコール									
納豆		納豆	大納立(国産)大還伝丁組み換え昆布切止管理済)食塩,納豆菌[たれ]砂糖,果糖ぶどう糖液糖,たんぱく加水分解物(小麦,大豆を含む)醤油(小麦,大豆を含む)食塩,醸造酢,還元水飴,昆布エキス,米発酵調味料,かつお節エキス,オリゴ糖/アルコール,調味料(アミノ酸:大豆由来),酸味料,ビタミンB1[からし]からし,食塩,醸造酢,水飴,酸味料,着色料,(ウコン),増粘多糖類,香料ビタミンC		○	○						
味噌汁		昆布	—									
		かつお	—									
		麩	小麦粉(国内製造),小麦たんぱく/酸化防止剤(ビタミンE)		○							
		わかめ	—									
		味噌	大豆,米,食塩/酒精		○	○						
		小松菜	—									
漬物		* 漬物については、その時の状況により変わります(別紙参照)										
オレンジ		オレンジ	—									

※小麦・大豆の対応は、別途ご相談ください。

○は原材料に使用。

△はコンタミの可能性があります。

2026年

冬の献立表

閑谷学校レストラン

アレルギー成分表

期間：2026年1月1日～3月31日

○は原材料に使用。

▷仕入れ状況により、メニューが変わる場合がございます。

△アレルギー表記(★卵,●乳,▲小麦,◆落花生,■そば,♠かに,♣えび)その

△はコンタミの可能性があります。



1月～3月冬メニュー 食材食品成分表

朝食B

下記の通り、「7大アレルギー+大豆」のご対応させて頂きます。

対応食は、アレルギー対応カウンターにて直接お渡しいたします。

※カウンター受け渡しの際、お名前をお申し付けください。

NO.1

献立名	対応方法	食材	原材料	アレルギー表示(7大+大豆)							
				卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	えび	かに
ご飯		お米	岡山県産								
ソーセージ		ソーセージ	豚肉,食塩,アミノ酸液(大豆を含む),脱脂加工大豆,小麦,糖類(砂糖,ぶどう糖,砂糖混合ぶどう糖果糖液糖)/カラメル色素,ビタミンB1,保存料,(パラオキシ安息香酸)			○	○				豚肉
チーズ入り 卵焼 き入り	除 去 ↓ ソーセージ 増量	ベーコン	豚ばら肉、食塩、大豆たん白、還元水あめ、卵たん白(卵を含む)、乳たん白、乳糖、たん白加水分解物／リン酸塩(Na)、増粘剤(カラギーナン)、調味料(アミノ酸)、酸化防止剤(ビタミンC)、発色剤(亜硝酸Na)、くん液、着色料(コチニール)、香辛料抽出物	○	○			○			
		鶏卵	卵	○							
		チーズ	ナチュラルチーズ,食用植物油脂,乳たんぱく,でんぶん,加工デンプン,ph調整剤,セルロース,リン酸Na,増粘多糖類,調味料(アミノ酸等),着色料(カロテン)		○						
		ミックスベジタブル	人参,とうもろこし,グリーンピース								
		こしょう	—								
		食塩	—								
		オリーブ油	—								
		ケチャップ	トマト,果糖ぶどう糖液糖,砂糖,醸造酢,食塩,玉葱,香辛料,増粘剤(タマリンドシードガム)								
		キャベツ	—								
		サニーレタス	—								
味噌汁		昆布	—								
		かつお	—								
		豆腐	大豆(国産),/安定剤(加工でん粉,グーガム),焼成,カルシウム,豆腐用凝固剤,ピロリン酸第二鉄,チアミン塩酸塩				○				
		ワカメ	大根								
		味噌	大豆,米,食塩/酒精	○	○						
		青ネギ	—								
		＊漬物	＊漬物については、その時の状況により変わります(別)								
りんご		りんご	りんご								りんご

※小麦・大豆の対応は、別途ご相談ください。

○は原材料に使用。

△はコンタミの可能性があります。

2026年

冬の献立表

アレルギー成分表

閑谷学校レストラン

期間：2026年1月1日～3月31日

	献立名	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	その他	アレルギー表示(7大+大豆)								
						卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	えび	かに	その他
朝食 B	ご飯			精白米										
	玉子焼き(チーズ入り)	★卵,★●ベーコン,●チーズ	人参,コーン,グリンピース			ケチャップ,オリーブオイル,食塩,こしょう	○	○						
	グリーンサラダ		キャベツ, サニーレタス, パブリカ			※ドレッシング								
	ソーセージ	ソーセージ								○	○			
	味噌汁	豆腐,昆布,かつおぶし,味噌,わかめ	青ねぎ							○	○			
	漬物					※漬物								
	りんご		りんご											りんご

○は原材料に使用。

△はコンタミの可能性があります。

▷仕入れ状況により、メニューが変わることがございます。

▷アレルギー表記(★卵,●乳,▲小麦,◆落花生,■そば,♠えび,♣かに)その



1月～3月冬メニュー 食材食品成分表

昼食A

下記の通り、「7大アレルギー+大豆」のご対応させて頂きます。

対応食は、アレルギー対応カウンターにて直接お渡しいたします。

※カウンター受け渡しの際、お名前をお申し付けください。

NO.1

献立名	対応方法	食材	原材料	アレルギー表示(7大+大豆)							
				卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	えび	かに
鶏ごぼう天丼		お米	岡山県産								
		鶏肉	—								鶏肉
		ごぼう	—								
		濃口醤油	豚肉,大豆たんぱく,還元水あめ,卵たんぱく,食塩,乳たんぱく,乳糖,たん白加水分解物,香辛料,リソ酸塩,増粘多糖類,調味料,酸化防止剤,くん液,発色剤(亜硝酸Na),着色料			○	○				
		料理酒	醸造アルコール(国内製造)米,米麹,糖類,								
		生姜	—								
		薄力粉	小麦 (アメリカ又は国産)			○					
		ベーキングパウダー	炭酸ナトリウム,グルコノデルタラクトン,酸性ピロリン酸ナトリウム,第一リン酸カルシウム,d-酒石酸水素カリウム,ステアリン酸カルシウム,コーンスターチ								
		米酢	米 (国産),醸造アルコール								
		サラダ油	菜種油								
		青ねぎ	—								
		濃口醤油	アミノ酸液(国内製造)食塩,脱脂加工大豆,小麦,糖類(砂糖,ぶどう糖,水あめ,砂糖混合ぶどう糖果糖液糖)米/甘味料(天草)ビタミンB1,保存料(パラオキシ安息香酸			○	○				
		砂糖	—								
		みりん	もち米(越南産,国産)米こうじ(越南産米,国産米)糖類(国産製造),醸造アルコール								
		片栗粉	加工でん粉								

※小麦・大豆の対応は、別途ご相談ください。

○は原材料に使用。

△はコンタミの可能性があります。

1月～3月冬メニュー 食材食品成分表

昼食A

下記の通り、「7大アレルギー+大豆」のご対応させて頂きます。

対応食は、アレルギー対応カウンターにて直接お渡しいたします。

※カウンター受け渡しの際、お名前をお申し付けください。

NO.2

献立名	対応方法	食材	原材料	アレルギー表示(7大+大豆)							
				卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	えび	かに
グリーンサラダ		キャベツ	—								
		サニーレタス	—								
		玉ねぎ	—								
		パプリカ	—								
		*ドレッシングについては、その時の状況により変わります(別紙参照)									
味噌汁		昆布	—								
		かつお	—								
		薄揚げ	大豆,植物油,凝固剤						○		
		大根	—								
		味噌	大豆,米,食塩/酒精					○	○		
		青ネギ	—								
漬物		*漬物については、その時の状況により変わります(別紙参照)									
杏仁豆腐 みかん缶	みかん缶	みかん缶	みかん,砂糖,酸味料								
		杏仁豆腐の素	糖類(砂糖,ぶどう糖),脱脂粉乳,粉末油脂,寒天,粉飴,杏仁/増粘多糖類,香料乳化剤(大豆由来)		○		○				

※小麦・大豆の対応は、別途ご相談ください。

○は原材料に使用。

△はコンタミの可能性があります。

2026年

冬の献立表

閑谷学校レストラン

アレルギー成分表

期間：2026年1月1日～3月31日

献立名	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	その他	アレルギー表示(7大+大豆)								
					卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	えび	かに	その他
旬食 A	鶏ごぼう天丼	鶏肉	ごぼう、青ネギ	精白米、砂糖、▲薄力粉、片栗粉、サラダ油	濃口醤油、食塩、料理酒、穀物酢、生姜、ベーキングパウダー			○	○				鶏肉
	グリーンサラダ		キャベツ、サニーレタス、パブリカ		※ドレッシング								
	味噌汁	薄揚げ、昆布、かつおぶし、味噌、わかめ	青ネギ					○	○				
	漬物				※漬物								
	杏仁豆腐		みかん缶		●杏仁豆腐の素		○	○					

○は原材料に使用。

▷仕入れ状況により、メニューが変わる場合がございます。

△はコンタミの可能性があります。

▷アレルギー表記(★卵,●乳,▲小麦,◆落花生,■そば,♠かに,♣えび)その



1月～3月冬メニュー 食材食品成分表

昼食B

下記の通り、「7大アレルギー+大豆」のご対応させて頂きます。

また、対応食は、アレルギー対応センターにて直接お渡しいたします。

※カウンター受け渡しの際、お名前をお申し付けください。

NO.1

1月～3月冬メニュー 食材食品成分表

昼食B

下記の通り、「7大アレルギー+大豆」のご対応させて頂きます。

また、対応食は、アレルギー対応カウンターにて直接お渡しいたします。

※カウンター受け渡しの際、お名前をお申し付けください。

NO.2

献立名	対応方法	食材	原材料	アレルギー表示(7大+大豆)							
				卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	えび	かに
白菜の おかか ポン酢和え		ほうれん草	—								
		白菜	—								
		砂糖	—								
		ぽん酢	しょうゆ(国内製造),醸造酢,ぶどう糖 果糖液糖,食塩,濃縮レモン果汁,濃縮オレ ンジ果汁/調味料(アミノ酸等),カラメル 色素,酸味料,香料			○	○				オレンジ
		花かつお	かつおのふし								
漬物		*漬物については、その時の状況により変わります(別紙参照)									
大学芋		大学芋	さつまいも,シロップ(水あめ,グラニュー 糖,ガラクトオリゴ糖,黒糖,はちみつ、寒 天),揚げ油(パーム油)/トレハロース, 増粘多糖類,環状オリゴ糖								

※小麦・大豆の対応は、別途ご相談ください。

○は原材料に使用。

△はコンタミの可能性があります。

2026年

冬の献立表

閑谷学校レストラン

アレルギー成分表

期間：2026年1月1日～3月31日

		献立名	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	その他	アレルギー表示(7大+大豆)								
旬食 B							卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	えび	かに	その他
	ゆかりご飯			精白米	ゆかりの素										
	あんかけうどん	薄揚げ,かまぼこ,昆布,かつおぶし,味噌,わかめ	玉ねぎ,人参,干し椎茸,青ネギ	▲うどん,片栗粉,砂糖	淡口醤油,みりん,食塩,生姜			○	○						
	白菜のおかかポン酢和え	かつお節	白菜,ほうれん草	砂糖	ポン酢		○	○							
	漬物				※漬物										
	大学芋			大学芋											

○は原材料に使用。

△はコンタミの可能性があります。

▷仕入れ状況により、メニューが変わる場合がございます。

▷アレルギー表記(★卵,●乳,▲小麦,◆落花生,■そば,♠かに,♣えび)

その他のアレルギー対応はお問い合わせください。



1月～3月冬メニュー 食材食品成分表

夕食A

下記の通り、「7大アレルギー+大豆」のご対応させて頂きます。

対応食は、アレルギー対応カウンターにて直接お渡しいたします。

※カウンター受け渡しの際、お名前をお申し付けください。

NO,1

献立名	対応方法	食材	原材料	アレルギー表示(7大+大豆)								
				卵	乳	小 麦	大 豆	そ ば	落 花 生	え び	か に	そ の 他
ご飯		お米	岡山県産									
チャプチ工		豚肉	豚肉									豚肉
		人参	—									
		玉ねぎ	—									
		干し椎茸	—									
		ほうれん草	—									
		ごま油	ごま									ごま
		にんにく	—									
		生姜	—									
		春雨	緑豆でんぶん,エンドウ豆でんぶん									
		ごま	ごま									ごま
		濃口醤油	食塩,アミノ酸液(大豆を含む)脱脂加工大豆,小麦,糖類(砂糖,ぶどう糖,砂糖混合ぶどう糖果糖液糖)/カラメル色素,ビタミンB1,保存料(パラオキシ安息香酸)				○	○				
中華風サラダ		料理酒	醸造アルコール(国内製造)米,米麹,糖類,みりん/調味料(アミノ酸等),酸味料									
		砂糖	—									
		中華味	食塩(国内製造),チキンエキス,ホークエキス,砂糖,食用風味油,デキストリン,香辛料,酵母エキス調味料,野菜エキス,たん白加水分解物,ゼラチン,酵母エキス/調味料(アミノ酸)					○				牛 肉 ・ 豚 肉 ・ 鶏 肉
		片栗粉	加工デンプン					○				
		ロースハム	豚肉、食塩、大豆たん白、還元水あめ、卵たん白(卵を含む)、乳たん白、乳糖、たん白	○	○		○					
		小松菜	—									
中華風サラダ		もやし	—					○				
		ごま油	ごま									ごま
		砂糖	—									
		米酢	米(国産),醸造アルコール									
		濃口醤油	食塩,アミノ酸液(大豆を含む)脱脂加工大豆,小麦,糖類(砂糖,ぶどう糖,砂糖混合ぶどう糖果糖液糖)/カラメル色素,ビタミンB1,保存料(パラオキシ安息香酸)				○	○				

※小麦・大豆の対応は、別途ご相談ください。

○は原材料に使用。

△はコンタミの可能性があります。

1月～3月冬メニュー

食材食品成分表

夕食A

下記の通り、「7大アレルギー+大豆」のご対応させて頂きます。

対応食は、アレルギー対応カウンターにて直接お渡しいたします。

※カウンター受け渡しの際、お名前をお申し付けください。

NO.2

献立名	対応方法	食材	原材料	アレルギー表示(7大+大豆)								
				卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	えび	かに	その他
春巻き		春巻き	鶏肉,豚脂,キャベツ,ニラ,玉ねぎ,粒状植物性蛋白質,パン粉,砂糖,醤油,食塩,ごま油,にんにく,香辛料,清酒,水,皮(小麦粉,植物油脂,食塩,水)			○	○					豚肉・ごま
		サラダ油	菜種油									
白湯風スープ		キャベツ	—									
		人参	—									
		きくらげ	—									
		青ねぎ	—									
		刻みかまぼこ	魚肉,砂糖,食塩,米発酵調味液,魚介エキス,加工澱粉,トレハロース,調味料(アミノ酸等),トマト色素									
漬物		ちゃんぽんスープ	肉エキス(国内製造),野菜エキス,魚介エキス,食塩,砂糖,醤油,香辛料/調味料(アミノ酸等),(一部に小麦,乳成分,ゼラチン,大豆,鶏肉,豚肉を含む)		○	○	○			△	△	鶏肉・豚肉
			* 漬物については、その時の状況により変わります(別紙参照)									
フルーチェ	— フ ミル カ んチ 缶エ	フルーチェ	砂糖,果糖ぶどう糖液糖,果糖,もも濃縮果汁,食塩/ゲル化剤(ペクチン),pH調整剤,香料,ベニコウジ色素(一部にもも・りんご)									もも・りんご
		牛乳	生乳100%		○							

※小麦・大豆の対応は、別途ご相談ください。

○は原材料に使用。

△はコンタミの可能性があります。

2026年

冬の献立表

閑谷学校レストラン

アレルギー成分表

期間：2026年1月1日～3月31日

献立名		赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	その他	アレルギー表示(7大+大豆)								
夕食 A	ご飯			精白米		卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	えび	かに	その他
	チャプチエ	豚肉	玉ねぎ,人参,ほうれん草,干し椎茸	春雨,砂糖,白ごま,ごま油,片栗粉	にんにく,生姜,料理酒,濃口醤油,中華味		○	○						豚肉
	中華風サラダ	★ハム	太もやし,小松菜	砂糖,ごま油	濃口醤油,米酢		○	○						
	春巻き	▲春巻き		大豆油			○	○						豚肉 ごま
	白湯風のスープ	かまぼこ	キャベツ,人参,きくらげ,青ネギ		●▲ちゃんぽんスープの素		○	○	○			△	△	鶏肉
	漬物				※漬物									
	フルーチエ	●牛乳			フルーチエ		○							もも りんご

○は原材料に使用。

▷仕入れ状況により、メニューが変わることがございます。

▷アレルギー表記(★卵,●乳,▲小麦,◆落花生,■そば,♠かに,♣えび)その

△はコンタミの可能性があります。



1月～3月冬メニュー 食材食品成分表

夕食B

下記の通り、「7大アレルギー+大豆」のご対応させて頂きます。

対応食は、アレルギー対応カウンターにて直接お渡しいたします。

※カウンター受け渡しの際、お名前をお申し付けください。

NO.1

献立名	対応方法	食材	原材料	アレルギー表示(7大+大豆)								
				卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	えび	かに	その他
ご飯		お米	岡山県産									
鶏肉の香草パン粉焼き	ベーコン除	鶏もも肉	鶏肉									鶏肉
		塩	—									
		こしょう	—									
		パセリ	—									
		パン粉	小麦粉(国内製造),砂糖,ショートニング,イースト,食塩,米麹,大豆たん白,(一部に小麦・大豆を含む)			○	○					
		オリーブ油	—									
		玉葱	—									
		ブロッコリー	—									
ジャーマンポテト	マヨネーズ除	ナチュラルカット	じゃがいも,植物油脂,ぶどう糖(小麦含む),食塩			○						
		サラダ油	なたね油									
		ベーコン	豚肉,大豆たんぱく,還元水あめ,卵たんぱく,食塩,乳たんぱく,乳糖,たん白加水分解物,香辛料,リン酸塩,増粘多糖類,調味料,酸化防止剤,くん液,発色剤(亜硝酸Na),着色料	○	○		○					豚肉
		玉ねぎ	—									
		塩	—									
		こしょう	—									
コーンとマカロニーのサラダ	マヨネーズ除	マカロニー	強力小麦粉(国内製造),デュラム小麦のセモリナ			○						
		ツナ	きはだまぐろ,野菜エキス,大豆油			○						
		コーン	—									
		人参	—									
		食塩	—									
		濃口醤油	アミノ酸液(国内製造)食塩,脱脂加工大豆,小麦,糖類(砂糖,ぶどう糖,水あめ,砂糖混合ぶどう糖果糖液糖)米/甘味料(天草)ビタミンB1,保存料(パラオキシ安息香酸)			○	○					
		マヨネーズ	植物油脂,卵黄,醸造酢,食塩,粉末水あめ,砂糖,香辛料,調味料,香辛料抽出物	○	○		○					
		米酢	米(国産),醸造アルコール									

※小麦・大豆の対応は、別途ご相談ください。

○は原材料に使用。

△はコンタミの可能性があります。

1月～3月冬メニュー 食材食品成分表

夕食B

下記の通り、「7大アレルギー+大豆」のご対応させて頂きます。

対応食は、アレルギー対応カウンターにて直接お渡しいたします。

※カウンター受け渡しの際、お名前をお申し付けください。

NO.2

献立名	対応方法	食材	原材料	アレルギー表示(7大+大豆)								
				卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	えび	かに	その他
根菜のシチューコンソメ	ベーコン 牛乳 コンソメ シチュールー	ベーコン	豚肉, 大豆たんぱく, 還元水あめ, 卵たんぱく, 食塩, 乳たんぱく, 乳糖, たん白加水分解物, 香辛料, リン酸塩, 増粘多糖類, 調味料, 酸化防止剤, くん液, 発色剤(亜硝酸Na), 着色料	○	○		○					豚肉
		玉葱	—									
		大根	—									
		人参	—									
		じゃが芋	—									
		牛乳	生乳100%	○								
		コンソメ	食塩, 砂糖, 乳糖, 食用加工油脂, ショウゆ, チキンエキス, 香辛料, オニオンエキス, 調味料, カラメル色素, 酸味料	○	○	○						鶏肉
		シチュールー	小麦粉, 植物油脂, 砂糖, 食塩, デンプン, テキストリン, 全粉乳, 脱脂粉乳, 乳等加工品, 玉ねぎ加工品, オニオンパウダー, チーズパウダー, 酵母エキス, チキンブイヨンパウダー, 野菜パウダー, ポークエキス, 醤油加工品, 調味油, バターミルクパウダー, 調味料(アミノ酸等), 香料, 乳化剤, 酸味料, 酸化防止剤(ビタミンC, ビタミンE)	○	○	○						
漬物		食塩	—									
		* 漬物については、その時の状況により変わります(別紙参照)										
プリン	みかん缶	プリンミクス	砂糖(国内製造), 食塩/ゲル化剤(カラギーナン), 香料, 着色料(カロチン, V.B2)									
		牛乳	生乳100%	○								
		ホイップ	糖類(水あめ, 砂糖(国内製造)), 植物油脂, チーズ, 脱脂粉乳, 乳などを主要原料とする食品, 食塩/カゼインNa/乳化剤, 安定剤(アラビアガム), セルロース, リン酸塩(Na, K), 香料, カロチン色素	○		○						
		クリーム										

※小麦・大豆の対応は、別途ご相談ください。

○は原材料に使用。

△はコンタミの可能性があります。

2026年

冬の献立表

閑谷学校レストラン

アレルギー成分表

期間：2026年1月1日～3月31日

		献立名	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	その他	アレルギー表示(7大+大豆)							
							卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	えび	かに
夕食	B	ご飯			精白米									
		鶏肉のパン粉焼き	鶏肉	ブロッコリー		食塩,こしょう,オリーブ油,▲パン粉,バセリ		○	○					鶏肉
		ジャーマンポテト	★●ベーコン	玉ねぎ	ナチュラルカットポテト,サラダ油	食塩,こしょう	○	○		○				豚肉
		コーンとマカロニのサラダ	ツナ	コーン	▲マカロニ	★マヨネーズ,濃口醤油,米酢,食塩	○		○	○				青魚
		根菜のシチュー	★●ベーコン,●牛乳	大根,玉ねぎ,人参	じゃが芋	●▲シチュールー,●コンソメ	○	○	○	○				豚肉
		プリン	●牛乳		●ホイップクリーム	●プリンミックス	○	○	○					

○は原材料に使用。

▷仕入れ状況により、メニューが変わることがございます。

▷アレルギー表記(★卵,●乳,▲小麦,◆落花生,■そば,♠かに,♣えび)その他のアレルギー対応はお問い合わせください。

△はコンタミの可能性があります。



食材食品成分表

漬物類

<漬物類>

* メニューによって下記の商品が出ます。

製品名	対応方法	原材料	アレルギー表示(7大+大豆)							
			卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	えび	かに
千切大根漬け		大根 漬け原材料[食塩]/調味料(アミノ酸),酸味料,保存料(ソルビン酸K),甘味料(サッカリンNa,ステビア),着色料(黄4)								
刻みつぼ漬け		干し大根 漬け原材料[ぶどう糖加糖駄液糖,食塩,アミノ酸液,醸造酢,醤油,たんぱく加水分解物,みりん,唐辛子]/調味料(アミノ酸),酸味料,保存料(ソルビン酸K),甘味料(ステビア),酒精,ソルビトール,着色料(黄4,黄5),(一部に小麦・大豆を含む)		○	○					
桜大根漬け		大根 漬け原材料[食塩,醸造酢]/酸味料,調味料(アミノ酸),保存料(ソルビン酸K),甘味料(サッカリンNa),着色料(赤106,赤102,黄4),漂白剤(次亜硫酸Na)								
しば漬け		胡瓜,生姜,しその葉 漬け原材料[食塩,醸造酢,ぶどう糖果糖液糖,アミノ酸,たんぱく加水分解物,梅酢]/酸味料,調味料(アミノ酸),保存料(ソルビン酸K),甘味料(ステビア),香料,酒精,着色料(赤106),(一部に大豆を含む)				○				

○は原材料に使用。

△はコンタミの可能性があります。

* 通常商品を記載しています。

食材食品成分表

ドレッシング

<ドレッシング類>

* メニューによって下記の商品が出ます。

製品名	方対 法応	原材料	アレルギー表示(7大+大豆)							
			卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	えび	かに
青じそドレッシング		醤油(国内製造),糖類(果糖ぶどう糖液糖,砂糖),醸造酢,鰹節エキス,食塩,粉末醤油,乾燥味付青じそ[青じそ,糖類(砂糖,ぶどう糖),還元澱粉糖化物,食塩]/調味料(アミノ酸等),pH調整剤,酢酸,増粘剤,(一部に小麦・大豆を含む)			○	○				
イタリアン ドレッシング		食用食物油脂[菜種油(国内製造),大豆油],醸造酢,ぶどう糖果糖液,食塩,醤油,たん白加水分解物,ベーコン風味調味料,にんにくペースト,オニオンエキス,乾燥赤ピーマン,椎茸エキスパウダー,胡椒/増粘剤(サンタンガム),調味料(アミノ酸等),酢酸,V.B1,酸化防止剤(ミックスピタミンE,ローズマリー抽出物)ホップ抽出物,香料,(一部に小麦・大豆・豚肉を含む)			○	○				
中濃ソース (とんかつソース)		野菜・果実(トマト(中国),りんご),糖類(果糖ぶどう糖液糖,砂糖),醸造酢,食塩,香辛料/増粘剤(加工でん粉),調味料(アミノ酸),カラメル色素,(一部にりんごを含む)			○	○				

○は原材料に使用。

* 通常商品を記載しています。

△はコンタミの可能性があります。

食材食品成分表

野外炊事 カレーライス

<カレーライス>

ゴールデンカレー

NO.1

製品名	食材	一人当たり分量	原材料	アレルギー表示(7大+大豆)							
				卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	えび	かに
野外カレーライス	お米		—								
	豚肉		—								
	じゃが芋		—								
	人参		—								
	玉ねぎ		—								
	ゴールデンカレー(甘口)		小麦粉(国内製造),パーム油・なたね油混合油脂,砂糖,食塩,カレー粉,でん粉,酵母エキス,香辛料,たん白加水分解物(ゼラチン),焙煎香辛料(香辛料,コーン油),ハーブオイル,ソースパウダー/調味料(アミノ酸等),カラメル色素,酸味料,(一部に小麦,大豆,ゼラチンを含む)				○	○			
	福神漬け		大根,茄子,胡瓜,なた豆,蓮根,しその葉,生姜,漬け原材料(醤油(大豆,小麦を含む)砂糖,米酢,発酵調味料)			○	○				

○は原材料に使用。

△はコンタミの可能性があります。

食材食品成分表

野外炊事 牛鍋

<牛鍋セット>

NO.1

製品名	食材	一人当たり分量	原材料	アレルギー表示(7大+大豆)							
				卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	えび	かに
牛鍋	お米		—								
	牛肉		—								
	じゃが芋		—								
	玉ねぎ		—								
	ごぼう		—								
	ネギ		—								
	糸こんにゃく		こんにゃく粉(国内産)海藻粉末/水酸化カルシウム								
	濃口醤油		食塩,アミノ酸液(大豆を含む) 脱脂加工大豆,小麦,糖類(砂糖, ぶどう糖,砂糖混合ぶどう糖果 糖液糖)/カラメル色素,ビタミ ンB1,保存料(パラオキシ安息 香酸)				○	○			
	みりん		もち米(越南産,国産)米こうじ (越南産米,国産米)糖類(国産製 造),醸造アルコール								
	砂糖		—								
	清酒		醸造アルコール(国内製造)米, 米麹,糖類,みりん/調味料(アミ ノ酸等),酸味料								

○は原材料に使用。

△はコンタミの可能性があります。

食材食品成分表

野外炊事 カートンドック

<カートンドック>

※ドリンク付き

NO,1

製品名	食材	一人当たり分量	原材料	アレルギー表示(7大+大豆)							
				卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	えび	かに
カートンドック	ドックパン		小麦粉(国内製造)、砂糖、卵、マーガリン、発酵風味料、乳等を主要原料とする食品、豆乳ファットスプレッド、パン酵母、食塩/乳化剤、酢酸Na、イーストフード、pH調整剤、香料、V.C、着色料(カロテノイド)、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆を含む)	○	○	○	○				
	キャベツ		—								
	カレー粉		ターメリック、コリアンダー、クミン、フェネグリーク、こしょう、赤唐辛子、ちんぴ、その他香辛料								
	ロングワインナー		豚肉,豚脂肪,糖類(水あめ,砂糖),食塩,香辛料,/グルタミン酸Na,リボヌクレオチドNa,リン酸塩(Na),ソルビン酸製剤,マル酸製剤,酸化防止剤(ビタミンC),発色剤(亜硝酸Na),その他(コラーゲンケーシング)(一部に豚肉を含む)								
	ケチャップ		トマト(輸入又は国産(5%未満)),糖類(砂糖・ぶどう糖果糖液糖,ぶどう糖),醸造酢,食塩,たまねぎ,香辛料								
	マスタード		醸造酢,マスタード,食塩,香辛料								
オレンジジュース	オレンジジュース		オレンジ、アセロラ								

○は原材料に使用。

△はコンタミの可能性があります。

食材食品成分表

野外炊事 焼きそば

<焼きそば>

NO.1

製品名	方 対 法 応	食材	原材料	アレルギー表示(7大+大豆)								
				卵	乳	小 麦	大 豆	そ ば	落 花 生	え び	か に	その 他
焼きそば		焼きそば麺	小麦粉(国内製造)、キャノーラ油、食塩、植物油製剤、炭酸カリウム、ピロリン酸ソーダナトリウム、炭酸カリ、ライトソーダ灰、クチナシ色素製剤、/かん水				○	○				
		豚肉	—									
		キャベツ	—									
		もやし	—									
		玉ねぎ	—									
		食塩	—									
		こしょう	—									
		焼きそばソース	野菜・果実(トマト、玉ねぎ、りんご、その他)、糖類(果糖ぶどう糖液糖、砂糖)、醸造酢(国内製造)、醤油、食塩、アミノ酸液、香辛料、オイスターエキス、マッシュルーム、肉エキス、酵母エキス、魚肉エキス、ホタテエキス、昆布、エビエキス/増粘剤(加工でん粉、タマリンド)、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、(一部にえび、小麦、大豆、鶏肉、豚肉、もも、りんごを含む)				○	○		○		

○は原材料に使用。

△はコンタミの可能性があります。

食材食品成分表

野外炊事 バーベキュー

<バーベキュー>

NO.1

製品名	方 対 法 応	食材	原材料	アレルギー表示(7大+大豆)							
				卵	乳	小 麦	大 豆	そ ば	落 花 生	え び	か に
バ ー ベ キ ュ ー		お米	—								
		ソーセージ	豚肉,豚脂肪,水あめ,砂糖,香辛料,食塩,グルタミン酸Na,リボヌクレオチドNa,リン酸塩(Na),ソルビン酸製剤,ビタミンC,フマル酸製剤,亜硝酸Na								
		牛肉	—								
		豚肉	—								
		鶏肉	—								
		キャベツ	—								
		ピーマン	—								
		エリンギ	—								
		玉ねぎ	—								
		焼肉のたれ	果実ピューレ(りんご(国産)もも,うめ),醤油,砂糖,アミノ酸液,にんにく,還元水あめ,食塩,ハチミツ,りんご酢,白ごま,ごま油,蛋白加水分解物,オニオンエキス,香辛料/カラメル色素(一部に小麦,ごま,大豆,りんご,ももを含む)			○	○				

○は原材料に使用。

△はコンタミの可能性があります。

食材食品成分表

野外炊事 ホットサンド

<ホットサンド>

NO.1

製品名	方 対 法 応	食材	原材料	アレルギー表示(7大+大豆)								
				卵	乳	小 麦	大 豆	そ ば	落 花 生	え び	か に	その 他
ホ ツ ト サ ン ド		食パン	小麦粉(国内製造)、マーガリン、発酵風味料、砂糖調製品、乳等を主要原料とする食品、パン酵母、食塩、砂糖/乳化剤、酢酸(Na)、加工澱粉、香料、V.C(一部に小麦・乳成分・大豆を含む)	○	○	○						
		ロースハム	豚ロース肉,大豆たん白,還元水あめ,卵たん白,食塩,乳たん白,乳糖,たん白加水分解物,香辛料,リン酸塩(Na),増粘多糖類,調味料(アミノ酸等),酸化防止剤(ビタミンC),くん液,発色剤(亜硫酸Na),着色料(コチニル)	○	○		○					
		ツナ	まぐろ,植物油脂,野菜エキス,食塩/調味料(アミノ酸)									
		スライスチーズ	ナチュラルチーズ/乳化剤	○								
		マヨネーズ	食用植物油脂,卵黄,醸造酢,食塩,粉末水あめ,砂糖,香辛料,調味料,香辛料抽出物	○	○		○					

○は原材料に使用。

△はコンタミの可能性があります。