

彦根市荒神山自然の家食堂 献立

朝食 - 460円

昼食 - 590円

夕食 - 700円

～ アレルギー表示 ～

朝食	朝食A (和食スタイル)	献立	アレルギー成分表示	代替	献立	アレルギー成分表示
		さけの塩焼き	さけ	→	厚揚げの素焼き	大豆(しょう油)
		たまご焼き	卵	→	①ソーセージ	乳・大豆
		ひじきの煮物	大豆(しょう油、油揚げ)	→	②豆腐	大豆
標準	昼食A (カレーライス)	きんぴらごぼう	ごま・大豆(しょう油)	→	きんぴら(ごま抜き)	大豆(しょう油)
		みそ汁	大豆(みそ)	→		代替なし
		納豆	大豆(しょう油)	→		代替なし
		ご飯	特定28品目を含まない	→		代替なし
食	夕食A (目玉焼きハンバーグ定食)	はうれんそうのお浸し	大豆(しょう油)	→		代替なし
		レモン	特定28品目を含まない	→		代替なし
標準	昼食A (カレーライス)	ビーフカレー	牛肉	→		代替なし
		(カレールー)	小麦・乳・ごま バナナ・りんご・大豆(しょう油)	→		代替なし
		コロッケ	牛肉・大豆(しょう油)・小麦 大豆・乳	→	ハッシュドポテト	特定28品目を含まない
		ヒレカツ	豚肉・小麦・卵・乳 大豆	→	グリルチキン	鶏肉
食	夕食A (目玉焼きハンバーグ定食)	福神漬け	大豆(しょう油)	→		代替なし
		ヨーグルト (ソース)	乳・キウイフルーツ	→	ゼリー	特定28品目を含まない
		ご飯	特定28品目を含まない	→		代替なし
		サラダ	特定28品目を含まない	→		代替なし
標準	昼食A (カレーライス)	フレンチドレッシング(白)	大豆(豆乳)・卵	→		代替なし
		ポテトサラダ	卵・大豆	→	ツナサラダ	大豆(一部に大豆含む)
食	夕食A (目玉焼きハンバーグ定食)	ハンバーグ	大豆(しょう油)・乳	→	チキン照り焼き	鶏肉・大豆(しょう油)
		目玉焼き	卵	→		代替なし
		チーズ	乳	→		代替なし
		デミグラスソース	小麦・牛肉・豚肉・大豆	→	トマトソース	特定28品目を含まない
標準	昼食A (カレーライス)	フライドポテト	特定28品目を含まない	→		代替なし
		からあげ	鶏肉・卵・小麦	→	グリルチキン	鶏肉
		サラダ、レモン	特定28品目を含まない	→		代替なし
		フルーチェ	乳	→	ゼリー	特定28品目を含まない
食	夕食A (目玉焼きハンバーグ定食)	ご飯	特定28品目を含まない	→		代替なし
		みそ汁	大豆(みそ)	→		代替なし

■義務付特定原材料7品目
・小麦 ・そば ・卵
・乳 ・落花生 ・えび
・かに

■推奨特定原材料21品目
・あわび ・いか ・いくら
・大豆 ・オレンジ ・松茸
・もも ・鶏肉 ・牛肉
・ごま ・くるみ ・さけ
・さば ・ゼラチン ・バナナ
・りんご ・やまいも ・豚肉
・カシューナッツ ・アーモンド
・キウイフルーツ

他の通常の商品(特定原材料を含む)
と同じ調理器具で作られています。
特定原材料に由来するアレルギーの発症
を確実に防ぐ物ではありません。
食物アレルギーには個人差があります。
品物のご注文に際しましては、専門医と
ご相談の上ご判断いただきますよう、
お願い申し上げます。

彦根市荒神山自然の家食堂 献立

朝食 - 460円

昼食 - 590円

夕食 - 700円

～ アレルギー表示 ～

標準食	朝食	朝食B (洋食スタイル)	献立	アレルギー成分表示	代替	献立	アレルギー成分表示
			ロールパン	小麦・卵・乳	→	ご飯	特定28品目を含まない
			マーガリン	乳・大豆	→	代替なし	
			ジャム	特定28品目を含まない			
			スクランブルエッグ	卵	→	ハッシュドポテト	特定28品目を含まない
			ソーセージ	乳・豚・大豆	→	ツナ	大豆 (一部に大豆含む)
			サラダ	特定28品目を含まない			
			ごまドレッシング	ごま・卵・大豆・小麦	→	代替なし	
			ヨーグルト	乳	→	ゼリー	特定28品目を含まない
			いちごソース	特定28品目を含まない			
			オレンジ	オレンジ	→	グレープフルーツ	
			コンソメスープ	鶏肉・大豆・(一部に乳・小麦粉含む)	→	代替なし	
標準食	昼食	昼食B (牛丼)	献立	アレルギー成分表示	代替	献立	アレルギー成分表示
			牛丼	牛肉・大豆(しょう油)	→		代替なし
			うどん	小麦・大豆(しょう油)	→	味噌汁	大豆 (みそ)
			あげ	大豆	→	とろろ昆布	特定28品目を含まない
			漬物	大豆(しょう油)	→	梅干し	特定28品目を含まない
			ゼリー	特定28品目を含まない	→		
標準食	夕食	夕食B (とんかつ定食)	献立	アレルギー成分表示	代替	献立	アレルギー成分表示
			とんかつ	小麦・卵・豚肉	→	とんてき	豚肉・大豆
			とんかつソース	小麦・牛肉・大豆・りんご	→		代替なし
			サラダ	特定28品目を含まない	→		
			ごまドレッシング	ごま・卵・大豆・小麦	→		代替なし
			スパゲティ・サラダ	卵・小麦・乳・豚肉・ハム	→	春雨サラダ	豚肉・大豆
			がんも	大豆・小麦・ごま	→	里芋煮	大豆 (しょう油)
			牛蒡天	大豆・卵・小麦	→	カボチャの煮物	大豆 (しょう油)
			ご飯	特定28品目を含まない	→		
			味噌汁	大豆 (みそ)	→		代替なし

■義務付特定原材料7品目
・小麦 ・そば ・卵
・乳 ・落花生 ・えび
・かに

■推奨特定原材料21品目
・あわび ・いか ・いくら
・大豆 ・オレンジ ・松茸
・もも ・鶏肉 ・牛肉
・ごま ・くるみ ・さけ
・さば ・ゼラチン ・バナナ
・りんご ・やまいも ・豚肉
・カシューナッツ ・アーモンド
・キウイフルーツ

他の通常の商品(特定原材料を含む)
と同じ調理器具で作られています。
特定原材料に由来するアレルギーの発症
を確実に防ぐ物ではありません。
食物アレルギーには個人差があります。
品物のご注文に際しましては、専門医と
ご相談の上ご判断いただきますよう、
お願い申し上げます。

彦根市荒神山自然の家食堂 献立 (4食目から注文できます)

朝食 - 460円

昼食 - 590円

夕食 - 700円

～ アレルギー表示 ～

朝食

朝食C (和食スタイル)



献立	アレルギー成分表示	代替	献立	アレルギー成分表示
鯖のみそ焼き	大豆 (味噌)	→	鯖の塩焼き	特定28品目を含まない
たまご焼き	卵	→	①ソーセージ	乳・大豆
鶏南蛮	鶏肉・卵・大豆 (しょう油) ・小麦粉	→	②豆腐	大豆
冷奴	大豆	→	鶏肉の照り焼き	鶏肉・大豆 (しょう油)
みそ汁	大豆(みそ)	→	きんぴら(ごま抜き)	大豆(しょう油)
ご飯	特定28品目を含まない	→		代替なし

■義務付特定原材料7品目
・小麦 ・そば ・卵
・乳 ・落花生 ・えび
・かに

■推奨特定原材料21品目
・あわび ・いか ・いくら
・大豆 ・オレンジ ・松茸
・もも ・鶏肉 ・牛肉
・ごま ・くるみ ・さけ
・さば ・ゼラチン ・バナナ
・りんご ・やまいも ・豚肉
・カシューナッツ ・アーモンド
・キウイフルーツ

連泊

昼食

昼食C (鶏のから揚げ)



献立	アレルギー成分表示	代替	献立	アレルギー成分表示
から揚げ	卵・小麦・鶏肉	→	鶏の塩焼き	鶏肉
サラダ	特定28品目を含まない	→		
フレンチドレッシング(白)	卵・大豆 (豆乳)	→		代替なし
かぼちゃ煮	大豆(しょう油)	→		代替なし
漬物	大豆(しょう油)	→	梅干し	特定28品目を含まない
ご飯	特定28品目を含まない	→		
みそ汁	大豆(味噌)	→		代替なし

他の通常の商品(特定原材料を含む)と同じ調理器具で作られています。
特定原材料に由来するアレルギーの発症を確実に防ぐ物ではありません。
食物アレルギーには個人差があります。
品物のご注文に際しましては、専門医とご相談の上ご判断いただきますよう、お願い申し上げます。

夕食

夕食C (生姜焼き定食)



献立	アレルギー成分表示	代替	献立	アレルギー成分表示
豚生姜焼き	豚肉・大豆 (しょう油)	→	豚しゃぶ	豚肉
サラダ	特定28品目を含まない	→		
ごまドレッシング	ごま・卵・大豆・小麦	→		代替なし
月見山芋	卵・大豆 (しょう油) ・山芋	→	月見山芋 (卵ぬき)	
ご飯	特定28品目を含まない	→	温泉卵	卵
みそ汁	大豆 (みそ)	→		代替なし
ケーキ	乳・卵・小麦粉	→	わらび餅	大豆 (きなこ)

彦根市荒神山自然の家食堂 献立 (4食目から注文できます)

朝食 - 460円

昼食 - 590円

夕食 - 700円

～ アレルギー表示 ～

連泊食	朝食	朝食D (洋食スタイル)	献立	アレルギー成分表示	代替	献立	アレルギー成分表示
			ホットサンド (パン)	小麦・卵・乳	→	ご飯	特定28品目を含まない
			ホットサンド (チーズ)	乳	→	チーズ抜き	
			ホットサンド (ハム)	卵・豚肉・大豆	→	ハム抜き	
			ポテト	特定28品目を含まない			
			ごまドレッシング	ごま・卵・大豆・小麦	→		代替なし
			サラダ	特定28品目を含まない			
			ヨーグルト	乳	→	ゼリー	特定28品目を含まない
			コンソメスープ	鶏肉・大豆・(一部に乳・小麦粉含む)	→	代替なし	
			コーヒー	特定28品目を含まない	→		
連泊食	昼食	昼食D (ハヤシライス)	献立	アレルギー成分表示	代替	献立	アレルギー成分表示
			ハヤシライス	牛肉			
			(ハヤシルー)	小麦粉・豚肉・大豆	→		代替なし
			ポテトサラダ	卵・大豆	→	ハッシュドポテト	特定28品目を含まない
			ポテトサラダ (ハム)	豚肉・大豆			
			パン	小麦粉	→	ツナサラダ	大豆 (一部に大豆含む)
			福神漬	大豆 (しょう油)	→		代替なし
			オレンジ	オレンジ	→	グレープフルーツ	
連泊食	夕食	夕食D (酢豚定食)	献立	アレルギー成分表示	代替	献立	アレルギー成分表示
			酢豚	豚肉・大豆・小麦粉	→	野菜炒め	豚肉
			鶏唐揚げ	卵・小麦粉・鶏肉・大豆 (しょう油)	→	蒸し鶏	鶏肉
			サラダ	特定28品目を含まない	→		
			ごまドレッシング	ごま・卵・大豆・小麦	→	代替なし	
			杏仁豆腐	乳・大豆	→	ゼリー	特定28品目を含まない
			漬物	大豆 (しょう油)	→		代替なし
			ご飯	特定28品目を含まない	→		
			みそ汁	大豆 (味噌)	→		代替なし

■義務付特定原材料7品目
・小麦 ・そば ・卵
・乳 ・落花生 ・えび
・かに

■推奨特定原材料21品目
・あわび ・いか ・いくら
・大豆 ・オレンジ ・松茸
・もも ・鶏肉 ・牛肉
・ごま ・くるみ ・さけ
・さば ・ゼラチン ・バナナ
・りんご ・やまいも ・豚肉
・カシューナッツ ・アーモンド
・キウイフルーツ

他の通常の商品 (特定原材料を含む)
と同じ調理器具で作られています。
特定原材料に由来するアレルギーの発症
を確実に防ぐ物ではありません。
食物アレルギーには個人差があります。
品物のご注文に際しましては、専門医と
ご相談の上ご判断いただきますよう、
お願い申し上げます。

彦根市荒神山自然の家食堂 献立

朝食 - 500円

昼食 - 650円

夕食 - 800円

～ アレルギー表示 ～

朝食

特別食A（和食スタイル）



献立	アレルギー成分表示	代替	献立	アレルギー成分表示
あじの開き	特定28品目を含まない	→		
小松菜のごまあえ	ごま・大豆(しょう油)	→	小松菜（ごま抜き）	大豆(しょう油)
温泉たまご	卵	→	納豆	小麦・大豆
あさりとうれん草の和え物	大豆（みそ）	→		代替なし
こんにやく金平	大豆（しょう油）	→		代替なし
みそ汁	大豆(みそ)	→		代替なし
漬物	大豆(しょう油)	→	梅干し	特定28品目を含まない
ご飯	特定28品目を含まない	→		

■義務付特定原材料7品目

・小麦 ・そば ・卵
・乳 ・落花生 ・えび
・かに

■推奨特定原材料21品目

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

特

別

食

特別食A（カツカレーライス）



献立	アレルギー成分表示	代替	献立	アレルギー成分表示
カツカレー（カツ）	乳・卵・小麦粉・豚肉・大豆	→	グリルチキン	鶏肉
（カレールー）	小麦・乳・ごま バナナ・りんご・大豆(しょう油)	→		代替なし
福神漬け	大豆(しょう油)	→		代替なし
サラダ	特定28品目を含まない	→		
フレンチドレッシング(白)	卵・大豆（豆乳）	→		代替なし
ポテトサラダ	卵・大豆	→	ツナサラダ	大豆（一部に含む）
コンソメスープ	鶏肉・大豆（一部に乳・小麦粉含む）	→		代替なし
ケーキ	乳・卵・小麦粉	→	わらび餅	大豆（きなこ）

他の通常の商品(特定原材料を含む)
と同じ調理器具で作られています。
特定原材料に由来するアレルギーの発症
を確実に防ぐ物ではありません。
食物アレルギーには個人差があります。
品物のご注文に際しましては、専門医と
ご相談の上ご判断いただきますよう、
お願い申し上げます。

夕食

特別食A（とんてき定食）



献立	アレルギー成分表示	代替	献立	アレルギー成分表示
とんてき	豚肉・大豆（しょう油）	→	豚ロースの塩麴焼	豚
サラダ	特定28品目を含まない	→		
ごまドレッシング	ごま・卵・大豆・小麦	→		代替なし
たことキュウリの和え物	ごま	→	蛸と胡瓜の和え物（ごま抜き）	
野菜の煮物	大豆(しょう油)	→	ナムル	特定28品目を含まない
季節の果物	季節の果物	→	グレープフルーツ、いちご、すいかetc	
漬物	大豆(しょう油)	→	梅干し	特定28品目を含まない
ご飯	特定28品目を含まない	→		
みそ汁	大豆（みそ）	→		代替なし

彦根市荒神山自然の家食堂 献立

朝食 - 500円

昼食 - 650円

夕食 - 800円

～ アレルギー表示 ～

朝食

特別食B（洋食スタイル）



献立	アレルギー成分表示	代替	献立	アレルギー成分表示
サンドイッチ（パン）	乳・卵・小麦粉	→	ご飯	特定28品目を含まない
サンドイッチ	卵	→	卵めき	
サンドイッチ（ハム）	豚・大豆	→	ハム抜き	
サラダ	特定28品目を含まない	→		
ごまドレッシング	ごま・卵・大豆・小麦	→	代替なし	
ハッシュドポテト	特定28品目を含まない	→		
コーンスープ	小麦粉・乳	→	コンソメスープ	鶏肉・大豆（一部に乳・小麦粉含む）
ヨーグルト	乳	→	ゼリー	大豆（一部に含む）
フルーツ	季節のフルーツ	→	グレープフルーツ、いちご、すいかetc	
コーヒー	特定28品目を含まない	→		

■義務付特定原材料7品目

・小麦 ・そば ・卵
・乳 ・落花生 ・えび
・かに

■推奨特定原材料21品目

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

特

別

食

特別食B（焼き鳥丼）



献立	アレルギー成分表示	代替	献立	アレルギー成分表示
焼き鳥丼	鶏肉・大豆（しょう油）	→	塩だれ焼き鳥丼	鶏肉
焼き鳥丼（錦糸卵）	卵	→	卵抜き	
豚汁（豚肉）	豚肉	→	豚汁（豚めき）	
豚汁（味噌）	大豆（味噌）	→	代替なし	
漬物	大豆（しょう油）	→	梅干し	特定28品目を含まない
ケーキ	乳・卵・小麦粉	→	わらび餅	大豆（きなこ）

他の通常の商品(特定原材料を含む)
と同じ調理器具で作られています。
特定原材料に由来するアレルギーの発症
を確実に防ぐ物ではありません。
食物アレルギーには個人差があります。
品物のご注文に際しましては、専門医と
ご相談の上ご判断いただきますよう、
お願い申し上げます。

特別食B（鰻丼）



献立	アレルギー成分表示	代替	献立	アレルギー成分表示
うなぎ丼	大豆（しょう油）・小麦	→		代替なし
うどん	小麦粉・大豆（しょう油）	→	すまし汁	大豆（しょう油）
うどん（きつね）	大豆	→	とろろ昆布	特定28品目を含まない
野菜の煮物	大豆（しょう油）	→	ナムル	特定28品目を含まない
揚げ出し豆腐	大豆	→	蛸と胡瓜の和え物	ごま
季節の果物	季節の果物	→	グレープフルーツ、いちご、すいかetc	
漬物	大豆（しょう油）	→	代替なし	

夕食

彦根市荒神山自然の家食堂 野外炊事

～ アレルギー表示 ～

メニュー		材料		アレルギー成分表示
バーベキュー（1人分） たれ付き	1,400円	牛肉	100g	牛肉
		豚肉	100g	豚肉
		鶏もも肉	80g	鶏肉
		フランクフルト	1本	乳・豚・大豆
		椎茸	1個	特定28品目を含まない
		さつま芋	1枚	特定28品目を含まない
		コーン	1個	特定28品目を含まない
		人参	1枚	特定28品目を含まない
		バーベキューのたれ		小麦・大豆(しょう油)・濃縮りんご ごま(すりご)

メニュー		材料		アレルギー成分表示
カレー材料（1人分）	410円	豚肉	90g	特定28品目を含まない
		じゃがいも	60g	特定28品目を含まない
		にんじん	10人/本	特定28品目を含まない
		玉ねぎ	60g	特定28品目を含まない
		福神漬	10g	大豆(しょう油)
		カレールー	30g	小麦・りんご・乳・大豆(しょう油)、ごま

メニュー		材料		アレルギー成分表示
焼きそば材料（1人分）	460円	そば	1玉	小麦・卵
		豚肉	50g	豚
		キャベツ	30g	特定28品目を含まない
		玉ねぎ	30g	特定28品目を含まない
		ピーマン	少々	特定28品目を含まない
		にんじん	少々	特定28品目を含まない
		粉末ソース		小麦・りんご・大豆(しょう油)

【バーベキュー】

※ 10食以上で注文 写真は3食分



■義務付特定原材料7品目

・小麦 ・そば ・卵
・乳 ・落花生 ・えび
・かに

■推奨特定原材料21品目

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

バーベキューたれ 成分表

しょう油(小麦・大豆含む)、砂糖、ねぎ、発酵調味料、醸造調味料、米みそ、ごま油、にんにくペースト、でんぶん、濃縮りんご、果汁、もち粉、しょうがペースト、唐辛子、甘味料(ソルビトール)、食塩、調味料(アミノ酸)、pH調整剤、増粘剤(キサンタン)、酸味料

カレールー 成分表

豚脂、小麦粉、砂糖、食塩、でん粉、カレーパウダー、オニオンパウダー、脱脂粉乳、トマトパウダー、チーズ、はちみつ、バナナペースト、ポークエキス、粉末ソース、ごまペースト、りんごペースト、ガーリックパウダー、しょう油加工品、小麦発酵調味料、調味料(アミノ酸等)、乳化剤、カラメル色素、酸味料、香料(原材料の一部に鶏肉を含む)

粉末ソース 成分表

砂糖、食塩、粉末ソース、香辛料、粉末醤油、ポークエキス、植物油、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料
* 原材料の一部に小麦、りんごを含む

彦根市荒神山自然の家食堂 弁当

～ アレルギー表示 ～

メニュー	料金	材料	アレルギー成分表示
おにぎり弁当	380円	おにぎり（ツナ）	大豆（一部に含む）
		おにぎり（鮭）	さけ
		おにぎり（昆布）	特定28品目を含まない
		コロッケ	牛肉・大豆・小麦・乳
		たまご焼き	卵
		唐揚げ	鶏肉・卵・小麦
		ウインナー	乳・豚・大豆

メニュー	料金	
おまかせ弁当①	550円	お弁当の中身については、食堂のおまかせになります。
おまかせ弁当②	750円	お弁当の中身については、食堂のおまかせになります。

※おまかせ弁当はアレルギー対応を行っておりません。

【おまかせ弁当① 550円】



【おにぎり弁当 380円】



※写真は一例です。

■義務付特定原材料7品目

・小麦 ・そば ・卵
・乳 ・落花生 ・えび
・かに

■推奨特定原材料21品目

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