

平成 30 年度 体験プログラム活動中の食事内容

【半日体験中の食事内容と写真】

記号	体験名	主な内容
	魚つかみと料理体験	アマゴ・イワナ・ニジマスのどれか、塩
半-1	魚つかみと料理体験 (軽食付き)	川魚の塩焼き ※上記参照 サイドメニュー：おにぎり、いなりずし、野菜炒め、漬物
	オリジナル五平もち作り	ごはん、みそ、砂糖、みりん、しょうゆ、エゴマ
半-2	オリジナル五平もち作り (軽食付き)	五平もち ※上記参照 サイドメニュー：けんちん汁
	郡上のおいしい水でうどん作り	小麦粉、塩、かつお節、昆布、しょうゆ、みりん
半-3	郡上のおいしい水でうどん作り (軽食付き)	うどん ※上記参照 サイドメニュー：味付き油揚げ、野菜炒め、かまぼこ、ネギ、ゆで卵
半-4	森の中のパン作り (軽食付き)	パン：小麦粉、塩、砂糖、ドライイースト、オリーブオイル、 ハーブ (ローズマリーやタイムなど) サイドメニュー：サラダ、ドレッシング、玉子スープ、ジャム
半-5	火起し体験とクルミストラップ作り	クルミ

魚つかみと料理体験 (軽食付き)

焼きたての魚の塩焼きにおにぎりといなりずし等の軽食が付きま
す。



森の中でパン作り (軽食付き)

自分たちで付かったフォカッチャパンにサラダとスープと
ジャムが付きま



五平もち体験 (軽食付き)

郡上産のお米をつぶした五平餅に自然園オリジナルのタレをつけて
いただきます。軽食メニューはけんちん汁が付きま



郡上のおいしい水でうどん作り (軽食付き)


軽食付きでは、自分たちで作ったうどんに、油揚げや卵などのトッ
ピングが付きま




【一日体験の昼食と昼食以外の食べ物の内容と写真】

記号	プログラム名	主な食事内容	
		昼食以外の食べ物	昼食
日-1	母袋烏帽子岳登山 霊峰白山を望む三方岩岳登山 聖地巡礼 大日ヶ岳登山	塩飴 スポーツ飲料	
日-2	郡上八幡環境視察団	カルピスソーダ	
日-3	長良川イカダヤロウ		
日-5	古代人住居跡de洞窟探検	クルミ	
日-6	地底世界探検隊		玄米おにぎり弁当
日-7	自然園的 素敵魔女講座	アップルパイ ハーブティー	
日-8	コケ散歩		
日-10	超・不便生活体験	アマゴ・イワナ・ニジマス のどれか	
日-11	森のお仕事&木登り名人		
日-14	清流のジェットコースターリバーラフティング		
日-15	長良川テツ&チャリィ物語	※¥250追加で通常サイズ 玄米おにぎり弁当に変更可能	玄米おにぎり弁当（小）
日-16	白山長滝ウォーキング		
日-4	スプラッシュ・ウォーキング スプラッシュ・ウォーキング（プレミアム版）		きつねうどん（現地食堂） 鶏ちゃん定食（現地食堂）
日-9	美味しい風土（フード）教室		体験炊事メニュー
日-11	森のお仕事&木登り名人（プレミアム版）		ひるがのおにぎり弁当
日-12	森の中でターザン体験		
日-13	里山の恵み 猟師体験	鹿肉フランク	猟師弁当

※すべての体験で、熱中症対策のため塩飴を配布することがあります。

郡上八幡環境視察団 カルピスソーダ
郡上のおいしい水に重曹とクエン酸を混ぜ、炭酸水にし、濃縮カルピス液を入れてカルピスソーダをつくります。
 <p>※濃縮カルピス液は季節限定の果物味（ぶどうやミカンなど）になることがあります。</p>

超・不便生活体験 川魚の塩焼き
川魚（アマゴ・イワナ・ニジマスのどれか）をさばき、竹串にさし、塩焼きにして食べます。


自然園的 素敵魔女講座 アップルパイ、ハーブティー
りんごを使ったパイと紅茶に園内で摘んだハーブを入れ、ハーブティーを作ります。
 <p>※基本的にはアップルパイですが、アレルギーのある参加者がいらっしゃる場合はさつまいもパイに変更可能です。ご相談ください。</p>

里山の恵み 猟師体験 鹿肉フランク
鹿肉フランクを串にさして、焼いて食べます。


玄米おにぎり弁当	玄米おにぎり弁当（小）
米・梅・大豆を郡上産にこだわった特別なお弁当。五分づき玄米おにぎりと小分けになった梅干し、ネギ味噌がついています。	玄米おにぎり弁当のミニバージョン。



※実物はお弁当用容器に入っています。

— 内容 —
五分づき玄米おにぎり
(3個)
梅干し
ネギ味噌

— 内容 —
五分づき玄米おにぎり
(2個)
梅干し
ネギ味噌

きつねうどん

スプラッシュウォーキングの昼食。
大きなお揚げがのったあたたかいきつねうどんです。



— 内容 —
きつねうどん
(あぶらあげ、かまぼこ
ねぎ、かつおぶし入
り)

鶏ちゃん定食

スプラッシュウォーキングのプレミアム版の昼食。
地元料理の鶏ちゃんがついたスペシャル感がある昼食。



— 内容 —
鶏ちゃん焼き
味噌汁
ごはん
漬物
お茶

ひるがのおにぎり弁当

三種類のおにぎりと、ひるがのオリジナルの鶏ちゃんの
から揚げが入ったお弁当。



— 内容 —
おにぎり
(ごま、赤紫蘇、わかめ)
鶏ちゃんから揚げ
出汁巻き玉子、ウィンナー
付け合わせ野菜
ドレッシング

猟師弁当

イノシシ肉をつかったコロッケが入ったおにぎりメインの
猟師体験ならではのお弁当。



— 内容 —
おにぎり
(梅干し、昆布、ごま塩)
しし肉コロッケ、甘みそ
ブロッコリー
果物
(オレンジかグレープフルーツ)

体験自炊メニュー

昔ながらの方法でつくる郷土料理メニュー。
地元の食材が多く使われている郡上の家庭の味。



— 内容 —
朴葉寿司、
ふろふき大根 (甘みそ付)
じゃがころ煮、きんぴら
鶏ちゃん焼き、サラダ
みそドレッシング
ぼたもち (きな粉)

☆体験活動中の食事に関するアレルギー対応について☆

アレルギー確認書の送付をお願いいたします。
基本は自己除去をお願いします。一日体験昼食の自己除去以外
の対応は、アレルギー用玄米おにぎり弁当（玄米おにぎり、梅干
し
ネギ味噌（顆粒だし無添加））への代替のみとなります。（胃
腸
が弱く玄米が食べられない場合などにご相談ください。大豆ア
レ
ルギーの方はネギ味噌無しも可。）
※アレルギー用玄米おにぎり弁当は、すべてのアレルギー物質
に
対応するものではありませんし、アレルギーの完全除去を
保証



平成30年度 体験プログラム活動中の食事についての原材料表一覧

半日体験メニュー

体験名	魚つかみと料理体験
メニュー	川魚の塩焼き
主構成	アマゴもしくはイワナの塩焼き（時期によってニジマスになることもあります）
原材料	アマゴもしくはイワナ（時期によってニジマス）、食塩 ※アマゴもイワナもニジマスもサケ科、時期によって魚卵が含まれます
アレルギー	さけ
体験名	魚つかみと料理体験（軽食付き）
メニュー	川魚の塩焼き、軽食（サイドメニュー）
主構成	アマゴもしくはイワナ（時期によってはニジマス）の塩焼き、おにぎり（昆布）1個、いなりずし1個、野菜炒め、漬物
原材料	○アマゴもしくはイワナ（時期によってはニジマス）の塩焼き ※上記参照 ○おにぎり：うるち米、昆布（醤油、昆布、砂糖、ごま、寒天、ソルビット、カラメル色素、調味料（アミノ酸等）、増粘多糖類、原材料の一部に小麦を含む）、焼きのり（乾のり）、食塩 ○いなりずし：うるち米、油揚げ（丸大豆（カナダ）、植物油脂凝固剤（塩化マグネシウム含有物（にがり））、消泡剤（グリセリン脂肪酸エステル、炭酸カルシウム）、上白糖、塩、食用なたね油、穀物酢（米、アルコール、食塩、酒かす）、しょうゆ（脱脂加工大豆、小麦、食塩、砂糖、大豆、アルコール調味料（アミノ酸等））、みりん風調味料（水あめ、米、米こうじの醸造調味料、醸造酢、酸味料）、だし（調味料（アミノ酸等）、食塩、砂糖類（乳糖、砂糖）、風味原料（かつおぶし粉末、かつおエキス）、酵母エキス、乳成分を含む原料を使用しています。）、 ○野菜炒め：野菜（キャベツ、玉ねぎ、小松菜、しめじ）、だし（調味料（アミノ酸等）、食塩、砂糖類（乳糖、砂糖）、風味原料（かつおぶし粉末、かつおエキス）、酵母エキス、乳成分を含む原料を使用しています）、塩、サラダ油、 ○つけもの：野菜（きゅうり）、きざみ塩昆布（醤油、昆布、砂糖、還元水飴、調味料（アミノ酸等）、原材料の一部に大豆、小麦を含む）
アレルギー	乳、小麦、大豆、ごま、さけ

体験名	オリジナル五平もち作り
メニュー	五平もち
主構成	ごはん、味噌だれ、醤油だれ
原材料	○ごはん：うるち米 ○味噌だれ：砂糖、みりん（もち米、米麴、醸造アルコール、糖類）、郡上味噌（大豆、大麦、食塩、米、酒精） ※その他赤みそや白みそを等使用します。成分表が必要な場合はお問い合わせください。 ○醤油だれ：しょうゆ（食塩、脱脂加工大豆、小麦、大豆、米、アルコール、調味料）、みりん（もち米、米麴、醸造アルコール、糖類）、砂糖、えごま ※えごまはシソ科の植物の種子です
アレルギー	小麦、大豆
体験名	オリジナル五平もち作り（軽食付き）
メニュー	五平もち、軽食（サイドメニュー）
主構成	五平もち、けんちん汁
原材料	○五平もち ※上記参照 ○けんちん汁：野菜（大根、人参、ごぼう、しめじ、ねぎ ※季節によって変わることがあります）、鶏肉、こんにやく（こんにやくいも精粉（国内産）、海藻粉末（白は含まず）、水酸化カルシウム（凝固剤））、豆腐、塩、しょうゆ（脱脂加工大豆、小麦、食塩、砂糖、大豆、アルコール、調味料（アミノ酸等））、だし（調味料（アミノ酸等）、食塩、砂糖類（乳糖、砂糖）、風味原料（かつおぶし粉末、かつおエキス）、酵母エキス、乳成分を含む原料を使用しています。)
アレルギー	乳、小麦、大豆、鶏肉

体験名	郡上のおいしい水でうどん作り
メニュー	うどん
主構成	うどん、うどんつゆ
原材料	○うどん、小麦粉、食塩 ○うどんつゆ：こんぶ、かつおぶし、しょうゆ（食塩、脱脂加工大豆、小麦、大豆、米、アルコール、調味料）、みりん（もち米、米麴、醸造アルコール、糖類）
アレルギー	小麦、大豆
体験名	郡上のおいしい水でうどん作り（軽食付き）
メニュー	うどん、うどんつゆ、軽食（サイドメニュー）
主構成	うどん、うどんつゆ、味付き油揚げ1枚、野菜炒め、かまぼこ、ネギ、ゆで卵半分
原材料	○うどん、うどんつゆ ※上記参照 ○味付き油揚げ：油揚げ（丸大豆（カナダ）、植物油脂、凝固剤（塩化マグネシウム含有物（にがり））、消泡剤（グリセリン脂肪酸エステル、炭酸カルシウム）、しょうゆ（脱脂加工大豆、小麦、食塩、砂糖、大豆、アルコール、調味料（アミノ酸等））、みりん風調味料（水あめ、米、米こうじの醸造調味料、醸造酢、酸味料）、砂糖 ○野菜炒め：野菜（キャベツ、人参、しめじ ※季節によって変わることがあります）、だし（調味料（アミノ酸等）、食塩、砂糖類（乳糖、砂糖）、風味原料（かつおぶし粉末、かつおエキス）、酵母エキス、乳成分を含む原料を使用しています。）、塩、サラダ油 →次ページにつづく

原材料	○かまぼこ：蒸しかまぼこ（魚肉（たら、たい）、砂糖、大豆たん白、発酵調味料、卵白、食用油、食塩、魚介エキス、酵母エキス、加工でん粉、調味料（アミノ酸等）、炭酸カルシウム、ソルビトール、着色料（コチニール）、pH調整剤、ポリグルタミン酸、ミョウバン、甘味料（ソーマチン）、※原材料の一部に小麦を含む。※原材料の魚はえび、かにを食べています） ○ネギ ○ゆで卵：鶏卵
アレルギー	卵、乳、小麦、えび、かに、大豆

体験名	森の中のパン作り（軽食付き）
メニュー	パン、軽食（サイドメニュー）
主構成	パン、ジャム、ケーキシロップ、サラダ、ドレッシング、玉子スープ
原材料	○パン生地：小麦粉（国産小麦）、砂糖、塩、ドライイースト、オリーブオイル ○ケーキシロップ：果糖ブドウ糖液、水あめ、香料、カラメル色素 ○サラダ：野菜（レタス、きゅうり、水菜など ※季節によって変わることがあります）、明方ハム（肉塊（豚もも肉（国産））、つなぎ（豚もも肉（国産）、でんぷん）、食塩、砂糖、香辛料、調味料（アミノ酸）、くん液、リン酸塩（Na、k）、発色剤（亜硝酸Na） ○ドレッシング：ごまドレッシング（食用植物油、しょうゆ、醸造酢、砂糖、ごま、しいたけエキス、食塩、卵黄、香辛料抽出物、調味料（アミノ酸）、増粘剤（キサンタンガム）、甘味料（ステビア）、（一部に卵、小麦、ごま、大豆、りんごを含む） ○玉子スープ：鶏卵、塩、だし（調味料（アミノ酸等）、食塩、砂糖類（乳糖、砂糖）、風味原料（かつおぶし粉末、かつおエキス）、酵母エキス、乳成分を含む原料を使用しています。）、みりん風調味料（水あめ、米、米こうじの醸造調味料、醸造酢、酸味料、片栗粉（北海道産馬鈴薯澱粉100%（遺伝子組み換えでない）） ○ジャム：ブルーベリージャム（砂糖類（ぶどう糖（液状）、砂糖）、ブルーベリー、ゲル化剤（ペクチン：りんご由来）、酸味料、クエン酸ナトリウム
アレルギー	卵、乳、小麦、大豆、ごま、りんご、豚肉

一日体験：昼食以外の食べ物

体験名	全体験
メニュー	塩あめ
主構成	水分補給サポートキャンディー 塩熱飴
原材料	○塩熱飴：砂糖、水飴、食塩、ブドウ糖、クエン酸、乳酸カルシウム、香料、塩化カリウム、ビタミンC、ビタミンB1 ※本品は電解質の補給を目的にしているため、一般のキャンディーよりナトリウム、カリウムの電解質の濃度が高くなっており、塩分の摂取制限されている方、腎疾患の方、乳幼児の方等はお召し上がらないでください。
アレルギー	

体験名	郡上八幡環境視察団
メニュー	カルピスソーダ
主構成	カルピス希釈タイプ原液 ※果汁入りの果物味のカルピス液にすることがあります。、重曹、クエン酸
原材料	○カルピス希釈タイプ原液（乳製品乳酸菌飲料（殺菌））：乳、砂糖、麦芽糖、香料、大豆多糖類 ○重曹 ○クエン酸
アレルギー	乳、大豆 ※果汁入りの果物味のカルピス液にすることがあります

体験名	自然園的 素敵魔女体験
メニュー	フルーツパイ、ハーブティー
主構成	パイ生地、フルーツ煮、ハーブティー
原材料	○パイ生地：小麦粉、塩、マーガリン（バター入り）（食用植物性油脂、バター、食用精製加工油脂、食塩、カゼインNa、乳化剤、香料、酸化防止剤（ビタミンE）、着色料（ベータカロチン）※原材料の一部に大豆を含む） ○フルーツ煮：りんご（もしくはさつまいも）、砂糖 ※果物は基本りんごですが、アレルギーの場合のみさつまいもに変更可。時期によっては栗を使用することがあります ○ハーブティー：紅茶、ハーブ（ミント、レモングラスなど） ※ハーブは自然園内のもの。季節によって変わります。
アレルギー	乳、小麦、大豆、りんご

体験名	超・不便生活体験
メニュー	川魚の塩焼き
主構成	アマゴもしくはイワナの塩焼き（時期によってニジマスになることもあります）
原材料	アマゴもしくはイワナ（時期によってニジマス）、食塩 ※アマゴもイワナもニジマスもサケ科、時期によって魚卵が含まれます
アレルギー	さけ

体験名	里山の恵み・猟師体験
メニュー	鹿肉フランク
主構成	鹿ソーセージ
原材料	○鹿ソーセージ：鹿肉（岐阜県産）、 豚肉 （岐阜県産）、食塩、砂糖、香辛料、ウイスキー、リン酸Na、発色剤（亜硝酸Na）
アレルギー	豚肉

一日体験：昼食

体験名	母袋烏帽子岳登山、聖地巡礼・大日ヶ岳登山、郡上八幡環境視察団、長良川イカダヤロウ、古代人住居跡de洞窟探検、地底世界探検隊、自然園的・素敵魔女講座、コケ散歩、超・不便生活体験、森のお仕事&木登り名人、清流のジェットコースターリバーラフティング
メニュー	玄米おにぎり弁当
主構成	玄米おにぎり（3個）、ねぎ味噌、梅干し
原材料	○玄米おにぎり：五分づき玄米、塩 ○ねぎ味噌：ねぎ、郡上味噌（ 大豆 、塩、麴、 小麦 ）、みりん風調味料（水あめ、米、米こうじの醸造調味料、醸造酢、酸味料）、赤味噌（ 大豆 （遺伝子組み換えではない）、食塩、鰹だし、昆布だし、砂糖、調味料（アミノ酸等）、清酒） ○梅干し：梅、塩、しそ
アレルギー	小麦、大豆

体験名	スブラッシュ・ウォーキング
メニュー	きつねうどん
主構成	うどん、あぶらあげ、かまぼこ、かつおぶし、ねぎ、つゆ
原材料	○うどん： 小麦粉 、食塩、増粘剤（加工でん粉）※製造している工場に、 そば・卵・乳 を含む製品を製造 ○あぶらあげ：油揚げ（ 大豆 （遺伝子組み換えではない）、食用植物油）、砂糖、醤油、でん粉、醸造酢、食塩、昆布 ※原材料の一部に 小麦 を含む ○かまぼこ：魚肉、卵白、でん粉、砂糖、食塩、発酵調味料、調味料（アミノ酸等）、加工でん粉、炭酸カルシウム、着色料（赤104）※原材料の一部に 小麦 を含む ※使用している魚は、 えび・かに を食べています ○かつおぶし：かつおのふし ○ねぎ ○つゆ：そばつゆ（ しょうゆ （本醸造）、砂糖、食塩、削りふし（かつお・ さば ）、発酵調味料、にぼし、調味料（アミノ酸等）、カラメル色素 ※原材料の一部に 小麦 を含む、）和風だし（ しょうゆ （本醸造）、食塩、かつお削り節、砂糖、発酵調味料、調味料（アミノ酸等）、カラメル色素 ※原材料の一部に 小麦 を含む）
アレルギー	小麦、そば、卵、乳、えび、かに、大豆、さば ※製造ラインで そば の使用があります（ゆで窯が一緒です）

体験名	スブラッシュ・ウォーキング（プレミアム版）
メニュー	鶏ちゃん定食
主構成	鶏ちゃん焼き、味噌汁、ごはん、漬物、お茶
原材料	○鶏ちゃん焼き：鶏肉（ 鶏肉鶏むね肉 （国産）、 鶏もも肉 （国産））、野菜（キャベツ、玉ねぎ）、調味液（赤みそ（ 大豆 （遺伝子組み換えでない）、食塩、砂糖）、みりん、 しょうゆ 、 ごま 、 ごま油 、香辛料（にんにく、唐辛子）、調味料（アミノ酸等）、リン酸塩（Na）、※原材料の一部に 大豆、小麦 を含む） ○味噌汁：赤みそ（ 大豆 （遺伝子組み換えでない）、食塩、砂糖）、米みそ（ 大豆 （遺伝子組み換えでない）、米、食塩、酒精）、乾燥わかめ（湯通し塩蔵わかめ）、乾燥豆腐（ 大豆 （遺伝子組み換えでない）、デキストリン、澱粉）、だしパック（いわし煮干し、かつおふし、食塩、昆布、タンパク加水分解物、調味料（アミノ酸等）、酸味料） ○ごはん：米（飛騨コシヒカリ） ○漬物（さくら漬）：だいこん、しその葉、漬け原材料（食塩、醸造酢、アミノ酸液）、調味料（アミノ酸等）、酸味料、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） ○お茶
アレルギー	小麦、大豆、ごま、鶏肉 ※製造ラインで そば、そば粉 の使用があります（同施設、調理場でそば打ちをしています）

体験名	美味しい風土（フード）教室
メニュー	体験自炊メニュー（郷土料理）
主構成	朴葉寿司、ふろふき大根（甘みそ付）、じゃがころ煮、きんぴら、鶏ちゃん焼き、サラダ、みそドレッシング、ぼたもち（きな粉） ※個数は参加者の作り方によります
原材料	○朴葉寿司：うるち米、野菜（ごぼう、人参、しいたけ）、ちりめんじゃこ、紅ショウガ（しょうが漬け原材料（食塩、醸造酢）、酸味料、調味料（アミノ酸等）、保存料（ソルビン酸K）、着色料（赤102、黄4））、穀物酢（米、アルコール、食塩、酒かす）、砂糖、塩 ○ふろふき大根：野菜（大根）、みりん風調味料（水あめ、米、米こうじの醸造調味料、醸造酢、酸味料）、だし（調味料（アミノ酸等）、食塩、砂糖類（ 乳糖 、砂糖）、風味原料（かつおぶし粉末、かつおエキス）、酵母エキス、 乳成分 を含む原料を使用しています。）、塩 ○甘みそ：豆みそ（ 大豆 （遺伝子組み換えでない）、食塩、鰹だし、昆布だし、砂糖、調味料（アミノ酸等）、酒精）、合い挽き肉（ 豚肉、牛肉 ）、砂糖、みりん風調味料（水あめ、米、米こうじの醸造調味料、醸造酢、酸味料）、だし（調味料（アミノ酸等）、食塩、砂糖類（ 乳糖 、砂糖）、風味原料（かつおぶし粉末、かつおエキス）、酵母エキス、 乳成分 を含む原料を使用しています。） ○じゃがころ煮：野菜（じゃがいも）、しょうゆ（ 脱脂加工大豆、小麦 、食塩、砂糖、 大豆 、アルコール、調味料（アミノ酸等））、みりん風調味料（水あめ、米、米こうじの醸造調味料、醸造酢、酸味料）、だし（調味料（アミノ酸等）、食塩、砂糖類（ 乳糖 、砂糖）、風味原料（かつおぶし粉末、かつおエキス）、酵母エキス、 乳成分 を含む原料を使用しています。）、サラダ油 →次ページにつづく

原材料	<p>○きんぴら：野菜（ごぼう、人参）、しょうゆ（脱脂加工大豆、小麦、食塩、砂糖、大豆、アルコール、調味料（アミノ酸等））、みりん風調味料（水あめ、米、米こうじの醸造調味料、醸造酢、酸味料）、だし（調味料（アミノ酸等）、食塩、砂糖類（乳糖、砂糖）、風味原料（かつおぶし粉末、かつおエキス）、酵母エキス、乳成分を含む原料を使用しています。）、砂糖、サラダ油</p> <p>○鶏ちゃん焼き：鶏肉、野菜（キャベツ、玉ねぎ）、郡上味噌（大豆、塩、米こうじ、小麦）、みりん風調味料（水あめ、米、米こうじの醸造調味料、醸造酢、酸味料）、にんにく、サラダ油、</p> <p>○サラダ：野菜（レタス、キュウリ、トマトなど ※野菜は時期によって変わることがあります）、明方ハム（肉塊（豚もも肉（国産））、つなぎ（豚もも肉（国産）、でんぷん）、食塩、砂糖、香辛料、調味料（アミノ酸）、くん液、リン酸塩（Na、k）、発色剤（亜硝酸Na））</p> <p>○みそドレッシング：りんご、麴みそ（大豆（遺伝子組み換えでない）、米、食塩、砂糖）、みりん風調味料（水あめ、米、米こうじの醸造調味料、醸造酢、酸味料）、だし（調味料（アミノ酸等）、食塩、砂糖類（乳糖、砂糖）、風味原料（かつおぶし粉末、かつおエキス）、酵母エキス、乳成分を含む原料を使用しています。）、白ごま</p> <p>○ぼたもち（きな粉）：もち米、きな粉（国内産大豆）、砂糖、塩</p>
アレルギー	乳、小麦、大豆、ごま、鶏肉、りんご、牛肉、豚肉

体験名	森のお仕事&木登り名人（プレミアム版）、森の中でターザン体験
メニュー	ひるがのおにぎり弁当
主構成	おにぎり（ごま、しそ、わかめ）3個、若どりから揚げ2個、出汁巻き玉子1個、ウィンナー1本、付け合わせ野菜、ドレッシング
原材料	<p>○おにぎり（ごま）：米、食塩、のり、ごま</p> <p>○おにぎり（しそ）：米、のり、しそ（赤しそ、食塩、砂糖、調味料（アミノ酸等））</p> <p>○おにぎり（わかめ）：米、のり、わかめ（わかめ、食塩、砂糖、調味料（アミノ酸等））</p> <p>○若どりから揚げ：鶏肉、から揚げ粉（小麦粉、でんぷん、胡椒、乳加工品、植物性たんぱく、ブドウ糖、パプリカ、加工澱粉、膨脹剤）、醤油、大豆、砂糖、料理酒、ごま油、にんにく、白ごま、味噌、化学調味料、唐辛子</p> <p>○出汁巻き玉子：鶏卵、魚介だし、醤油、みりん、大豆油、</p> <p>○ウィンナー：豚肉、鶏肉、豚脂肪、食物性たんぱく（大豆由来）、澱粉、食塩、砂糖、チキンエキス、香辛料、調味料（アミノ酸等）、加工でん粉、リン酸塩Na、保存料、酸化防止剤、pH調整剤、発酵剤、カルミン酸色素 ※原材料の一部に卵、大豆を含む</p> <p>○付け合わせ野菜：サニーレタス、グリーンリーフ、キャベツ、パプリカ ※季節によって変わることがあります</p> <p>○ドレッシング：白醤油（大豆、小麦）、ワインビネガー（ぶどう）、ニンニク、黒コショウ、大豆油（大豆）、上白糖</p>
アレルギー	卵、乳、小麦、大豆、ごま、鶏肉、豚肉 ※製造ラインでえび、そば、そば粉の使用があります

体験名	里山の恵み 猟師体験
メニュー	猟師弁当
主構成	おにぎり（梅干し、昆布、ごま塩）3個、しし肉コロッケ1個、甘みそ、ブロッコリー、果物
原材料	<p>○おにぎり（梅干し）：米、塩、焼き海苔（乾のり）、梅干し（小梅、漬け原材料（食塩、醸造酢、還元水あめ）酸味料、調味料（アミノ酸等）、香料、着色料（赤102））</p> <p>○おにぎり（昆布）：米、塩、焼き海苔（乾のり）、昆布（醤油、昆布、砂糖、ごま、寒天、ソルビット、カラメル色素、調味料（アミノ酸等）、増粘多糖類、原材料の一部に小麦を含む）</p> <p>○おにぎり（ごま塩）：米、焼き海苔（乾のり）、ごま塩（ごま、食塩、澱粉、海藻カルシウム、調味料（アミノ酸等））</p> <p>○しし肉コロッケ：野菜（里芋、玉ねぎ、しょうが）、イノシシ肉、塩、こしょう、ごま油（食用ごま油）、鶏卵、パン粉、小麦粉、サラダ油</p> <p>○甘みそ：豆みそ（大豆（遺伝子組み換えでない）、食塩、鰹だし、昆布だし、砂糖、調味料（アミノ酸等）、酒精）、合い挽き肉（豚肉、牛肉）、砂糖、みりん風調味料（水あめ、米、米こうじの醸造調味料、醸造酢、酸味料）、だし（調味料（アミノ酸等）、食塩、砂糖類（乳糖、砂糖）、風味原料（かつおぶし粉末、かつおエキス）、酵母エキス、乳成分を含む原料を使用しています。）</p> <p>○ブロッコリー</p> <p>○果物：オレンジもしくはグレープフルーツ</p>
アレルギー	卵、乳、小麦、大豆、ごま、オレンジ、牛肉、豚肉 ※製造ラインでえびの使用があります

体験名	長良川テツ&チャリィ物語、白山長滝ワンダーウォーキング
メニュー	玄米おにぎり弁当（小）
主構成	玄米おにぎり（2個）、ねぎ味噌、梅干し
原材料	※玄米おにぎり弁当と同様 前ページ参照
アレルギー	小麦、大豆