

令和3年度 7月こんだて材料表

日 (曜)	3つの食品群	赤(あか)		黄(き)		緑(みどり)		調味料 等	アレルギー28品目 えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 他21品目※
		おもに体をつくるものになる食品		おもにエネルギーのもとになる食品		おもに体の調子を整えるのもとになる食品			
		5大栄養素	たんぱく質	無機質	炭水化物	脂質	ビタミン		
	6つの食品群	肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・海藻・小魚	穀類・いも類・砂糖	油脂類	緑黄色野菜	その他の野菜・果物		
1 (木)	ミックスピラフ 鶏肉のはちみつロースト かみかみごぼうサラダ 夏野菜のスープ	ウインナー・いか 鶏肉 鶏肉		米・大麦 はちみつ	マーガリン	にんじん・パセリ たまねぎ マッシュルーム にんにく・しょうが		白ワイン・こしょう スープストック・塩 酒・しょうゆ・みりん 鶏肉	いか 豚肉・乳 大豆 鶏肉
2 (金)	麦ごはん(委託) マグロのあんからめ 青菜のおかかあえ 豆腐と花ふのすまし汁			米・大麦 でんぶん・砂糖	大豆油・ごま油			しょうが 酒・しょうゆ・中華だし ウスターソース しょうゆ・みりん 和風だし	大豆・ごま 大豆 鶏肉 大豆・鶏肉
5 (月)	はくはん 枝豆入り豆腐の おろしだれ 豚肉と野菜の みそ炒め			米 パン粉・ながいも コーンスターチ・砂糖 中双糖・でんぶん	大豆油	枝豆・だいこん	チキンピイオン・塩 薄口しょうゆ・酒 和風だし・みりん	やまいも・卵・鶏肉 小麦・大豆	
6 (火)	シイラのパン粉焼き 三色丼の具 具だくさん汁			米・大麦 パン粉	オリーブ油	青じそ	酒・しょうゆ 酒・薄口しょうゆ 和風だし・みりん・塩	小麦 鶏肉・大豆・卵	
7 (水)	パインパン ささみフライ 野菜の シーフードソテー 天の川スープ 七たデザート		脱脂粉乳	小麦粉・砂糖 小麦粉・パン粉 米粉・でんぶん コーンスターチ	ショートニング 大豆油	パインアップル	塩・イースト 塩・こしょう	小麦・乳 小麦・鶏肉・大豆	
8 (木)	はくはん サケの みそマヨネーズ焼き 高野豆腐のカレー煮 ゆばのすまし汁			米 じゃがいも・砂糖	ノンエッグマヨネーズ		塩・酒・こしょう 白ごうじみそ 酒・しょうゆ・みりん カレー粉・和風だし・塩 薄口しょうゆ・塩	さけ・大豆 大豆 小麦・大豆	
9 (金)	ソフトめん コーンシュマイ 春雨の中華あえ 中華あんの具			小麦粉・小麦たんぱく 小麦粉・小麦たんぱく パン粉・でんぶん 砂糖・水あめ	豚脂		酒・みりん・塩	小麦 小麦・豚肉・大豆	
12 (月)	麦ごはん 厚揚げの和風あんかけ 切り干し大根と 大豆ミートの炒め煮 柳川風ごはんの具			米・大麦 砂糖・でんぶん	なたね油		しょうが 薄口しょうゆ・酒 みりん 酒・しょうゆ	大豆 大豆	
13 (火)	キムチごはん 韓国風焼き鳥 野菜のナムル ワンタンスープ パインアップル			米・砂糖	ごま油・ごま	グリーンねぎ	しょうが・にんにく 酒・しょうゆ 一味唐辛子	豚肉・ごま 鶏肉・ごま	
14 (水)	米粉食パン 豚肉の りんごソースがらめ キャベツと ほうれん草のソテー コーンポタージュ		脱脂粉乳	小麦粉・米粉・砂糖 でんぶん	ショートニング 大豆油		塩・イースト 酒・こしょう・しょうゆ ケチャップ・赤ワイン ウスターソース・塩 こしょう	小麦・乳 豚肉・りんご 大豆	
15 (木)	はくはん アジの香味焼き 肉じゃが かぼちゃと ズッキーニのみそ汁			米 しらたき・じゃがいも 中双糖	なたね油	にんじん	酒・みりん・しょうゆ 酒・しょうゆ・和風だし みりん 豆みそ・白ごうじみそ	豚肉・大豆 大豆	

※牛乳は、毎日つきます。

日 (曜)	3つの食品群	赤(あか)		黄(き)		緑(みどり)		調味料 等	アレルギー28品目 えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 他21品目※
		おもに体をつくるものになる食品		おもにエネルギーのもとになる食品		おもに体の調子を整えるのもとになる食品			
		5大栄養素	たんぱく質	無機質	炭水化物	脂質	ビタミン		
	6つの食品群	肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・海藻・小魚	穀類・いも類・砂糖	油脂類	緑黄色野菜	その他の野菜・果物		
16 (金)	麦ごはん イカのかりんとうがらめ 青菜のナッツあえ ポークカレー			米・大麦 でんぶん・砂糖	大豆油			米 小麦粉・米粉・砂糖 大豆油・ごま油 グリーンねぎ にんにく・しょうが こしょう・酒・しょうゆ 米酢 みりん・塩・しょうゆ ごま・小麦・大豆	
19 (月)	はくはん 油淋鶏 甘長ビーマンの 青椒肉絲 中華スープ 冷凍南濃みかん 五穀とひじきのごはん			米 小麦粉・米粉・砂糖	大豆油・ごま油	しょうが しょうゆ・みりん 和風だし	米 小麦粉・米粉・砂糖 大豆油・ごま油 グリーンねぎ にんにく・しょうが こしょう・酒・しょうゆ 米酢 みりん・塩・しょうゆ ごま・小麦・大豆		
20 (火)	甘長ビーマンの 青椒肉絲 中華スープ 冷凍南濃みかん 五穀とひじきのごはん いわしの蒲焼き 五目きんぴら 豆腐のみそ汁			米 小麦粉・米粉・砂糖	大豆油・ごま油	しょうが しょうゆ・みりん 和風だし みりん	米 小麦粉・米粉・砂糖 大豆油・ごま油 グリーンねぎ にんにく・しょうが こしょう・酒・しょうゆ 米酢 みりん・塩・しょうゆ ごま・小麦・大豆		
21 (水)	食パン ミートボールのトマト煮 豆ポテサラダ ノンエッグマヨネーズ 豆乳かぼちゃスープ			米 小麦粉・米粉・砂糖	大豆油・ごま油	しょうが しょうゆ・みりん 和風だし みりん	米 小麦粉・米粉・砂糖 大豆油・ごま油 グリーンねぎ にんにく・しょうが こしょう・酒・しょうゆ 米酢 みりん・塩・しょうゆ ごま・小麦・大豆		
26 (月)	麦ごはん 厚焼きたまご きゅうりの昆布あえ 豚丼の具 ゆかりごはん 鶏肉の塩こうじ焼き とうもろこし さつま汁			米・大麦 でんぶん・砂糖	なたね油	しょうが ごぼう 酒・しょうゆ・和風だし みりん	米 小麦粉・米粉・砂糖 大豆油・ごま油 グリーンねぎ にんにく・しょうが こしょう・酒・しょうゆ 米酢 みりん・塩・しょうゆ ごま・小麦・大豆		
27 (火)	丸パン 大豆メンチカツ キャベツソテー サイコロスープ			米 小麦粉・米粉・砂糖	大豆油・ごま油	しょうが ごぼう 酒・しょうゆ・和風だし みりん	米 小麦粉・米粉・砂糖 大豆油・ごま油 グリーンねぎ にんにく・しょうが こしょう・酒・しょうゆ 米酢 みりん・塩・しょうゆ ごま・小麦・大豆		
29 (木)	麦ごはん 焼きししゃも ひじきと とうもろこしの煮もの 沢煮わん ぶどうゼリー			米・大麦 砂糖	なたね油	しょうが ごぼう 酒・しょうゆ・和風だし みりん	米 小麦粉・米粉・砂糖 大豆油・ごま油 グリーンねぎ にんにく・しょうが こしょう・酒・しょうゆ 米酢 みりん・塩・しょうゆ ごま・小麦・大豆		
30 (金)	麦ごはん かぼちゃの米粉天ぷら カラフルそぼろ なすのみそ汁			米・大麦 でんぶん	大豆油	しょうが ごぼう 酒・しょうゆ・和風だし みりん	米 小麦粉・米粉・砂糖 大豆油・ごま油 グリーンねぎ にんにく・しょうが こしょう・酒・しょうゆ 米酢 みりん・塩・しょうゆ ごま・小麦・大豆		

★この表はこんなことに利用してください。
 ●食物アレルギー等で食べてはいけない食品があるとき。
 ●朝夕の食事で給食の材料が重ならないようにしたいとき。
 ●食品の分け方を知りたいとき。
 ★給食の食材は、海津市、岐阜県、日本国内で生産・製造されたものを中心に使用しています。
 ★学校給食献立表は、海津市のホームページ
 <<くらしのガイド→子育て→認定こども園→給食献立表>
 からご覧いただけます。



※食物アレルギー原因物質(特定原材料28品目)の表示について
 食品表示法に基づき、28品目の食品について表示してあります。
 ●義務表示 7品目: 卵・乳・小麦・そば・落花生(ピーナツ)・えび・かに
 ●任意表示21品目: 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・くるみ・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン・アーモンド
 ①給食に関するくわしい食材・分量・栄養価について、給食センターから各園にお知らせしていますので、必要な方は園にお問い合わせください。
 ②以下の調味料について、アレルギー28品目欄に記載していませんが、以下の食品がつかわれています。
 * スープストック...大豆 豚肉 鶏肉 *コンソメ...鶏肉 豚肉
 * しょうゆ(しょうゆ・薄口しょうゆ・白しょうゆ)...大豆 小麦
 * みそ(豆みそ・白ごうじみそ・麦みそ・西京みそ)...大豆
 ③使用する加工食品等(調味料含む)において、アレルギー原因物質28品目表示の対象外の食材に関して未表示のことがあります。
 ④魚については、えび・かにを補食している場合があり、それらが混入している可能性があります。また、魚卵を持つ場合があります。