

令和3年度 9月こんだて材料表

※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となる食品		おもにエネルギーのものとなる食品		おもに体の調子を整えるものとなる食品			
		たんぱく質	無機質	炭水化物	脂質	ビタミン			
5大栄養素 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			
13 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	さばの竜田揚げ	さば		でんぷん	大豆油		しょうが	しょうゆ・酒・塩	さば・大豆
	青菜ときのこの炒め物	ベーコン			なたね油	こまつな・にんじん	しめじ	オイスターソース・塩 こしょう	豚肉
	なすと冬瓜のみそ汁 みかんゼリー	油あげ・かつお節	いわし節				なす・とうがん・ねぎ みかん	白ごうじみそ・豆みそ	大豆
14 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	揚げぎょうざ	大豆粉・大豆たんぱく 豚肉		小麦粉・でんぷん 砂糖・水あめ	大豆油・豚脂		キャベツ・しょうが	発酵調味料・塩 しょうゆ オイスターソース	大豆・小麦・豚肉
	チンゲン菜のナムル			砂糖	ごま油・ごま	チンゲンサイ にんじん	大豆もやし とうもろこし	米酢・鶏がらスープ 薄口しょうゆ	大豆・鶏肉・ごま
	麻婆豆腐	豚肉・豆腐		砂糖・でんぷん	ごま油	にら	しょうが・にんにく ねぎ・たけのこ	豆板醤・酒・中華だし 豆みそ・しょうゆ	豚肉・ごま・大豆
15 (水)	パンパン		脱脂粉乳	小麦粉・砂糖	ショートニング				
	タンドリーフィッシュ	かじき	ヨーグルト					塩・こしょう・カレー粉 ウスターソース ケチャップ	乳
	ごぼうサラダ			砂糖	なたね油・アーモンド	にんじん	ごぼう・きゅうり 枝豆・とうもろこし	薄口しょうゆ・塩 米須	アーモンド・大豆
	かぼちゃポタージュ	ベーコン	牛乳・生クリーム			かぼちゃ・パセリ	たまねぎ	ホワイトルウ・塩 こしょう・コンソメ	豚肉・小麦・乳
16 (木)	枝豆コーンごはん			米・大麦			枝豆・とうもろこし	酒・塩	大豆
	厚揚げの肉みそかけ	厚揚げ・豚肉		中双糖・でんぷん	なたね油		しょうが	豆みそ・酒・みりん	豚肉・大豆
	赤じそあえ				ごま	にんじん・赤じそ	キャベツ・きゅうり		ごま
	五目かきたま汁	豆腐・かつお節 卵		でんぷん		みつば	たまねぎ・しいたけ えのきたけ	薄口しょうゆ・塩	大豆・卵
17 (金)	麦ごはん(委託)			米・大麦					
	鶏ちゃん風みそ焼き	鶏肉		砂糖			しょうが・にんにく ねぎ	酒・しょうゆ・豆みそ 麦みそ	鶏肉
	炒り豆腐	まぐろ油漬け・豆腐	ひじき	砂糖	なたね油	にんじん・さやいんげん	たまねぎ・しいたけ	和風だし・薄口しょうゆ	大豆
	沢煮わん	かつお節・かまぼこ		こんにやく		にんじん・みつば	ごぼう・だいこん	酒・薄口しょうゆ・塩	
21 (火)	梅わかめごはん		わかめ	米・大麦・砂糖			梅	塩	
	ちくわのカレー揚げ	ちくわ		小麦粉	大豆油			カレー粉	小麦・大豆
	さといもといかの煮物	いか		里いも・中双糖				しょうゆ・みりん・酒 和風だし	いか
	玉ふのすまし汁	かつお節		麩		ほうれんそう にんじん	たけのこ・だいこん えのきたけ	薄口しょうゆ・塩	小麦
22 (水)	お月見デザート		寒天	砂糖・液糖			みかん・ブルーベリー		オレンジ
	小型パン		脱脂粉乳	小麦粉・砂糖	ショートニング			塩・イースト	小麦・乳・大豆
	小魚のからあげ		きびなご	でんぷん	大豆油			塩	大豆
	フルーツナタデココ						みかん・パインアップル りんご・もも ナタデココ		もも・りんご
24 (金)	塩焼きそば	豚肉		中華めん	なたね油	にんじん	しょうが・キャベツ たまねぎ・たけのこ ねぎ	酒・鶏がらスープ 中華だし・塩・こしょう	小麦・豚肉・鶏肉
	麦ごはん			米・大麦					
	豚肉のしょうが焼き	豚肉					しょうが	しょうゆ・みりん・酒	豚肉
	ひじきとツナの煮物	まぐろ油漬け 油あげ	ひじき	こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん	枝豆	しょうゆ・酒・和風だし	大豆
27 (月)	じゃがいもときのこのみそ汁	かつお節	いわし節	じゃがいも		チンゲンサイ	えのきたけ・しめじ たまねぎ	白ごうじみそ	
	キムたくごはん	豚肉		米	なたね油	にんじん	にんにく・たくあん漬け はくさいキムチ・ねぎ	しょうゆ・塩・こしょう 中華だし	豚肉・大豆
	フーヨーハイ	卵・かに		でんぷん・砂糖	ごま油・なたね油		たけのこ・ねぎ しいたけ	チキンブイヨン・しょうゆ 発酵調味料・薄口しょうゆ	かに・卵・鶏肉・小麦 乳・大豆・ごま
	春雨の中華あえ			はるさめ・砂糖	ごま油	にんじん	キャベツ・きゅうり とうもろこし	薄口しょうゆ・米酢・塩	ごま
28 (火)	冬瓜スープ	豆腐				チンゲンサイ	とうがん・なめこ	鶏がらスープ・中華だし 薄口しょうゆ・塩	大豆・鶏肉
	麦ごはん			米・大麦					
	さんまの塩焼き	さんま						塩	
	梅おかかあえ	花かつお		砂糖		にんじん・赤しそ	だいこん・きゅうり 梅	薄口しょうゆ	りんご
29 (水)	さつまいものみそ汁	油あげ・かつお節	いわし節	さつまいも			たまねぎ・えのきたけ ねぎ	白ごうじみそ	大豆
	黒食パン		脱脂粉乳	小麦粉・黒砂糖・砂糖	ショートニング			塩・イースト	小麦・乳・大豆
	鶏肉のスパイスあげ	鶏肉		でんぷん	大豆油	バジル		塩・酒・カレー粉 黒こしょう	鶏肉・大豆
	豆とじゃがいものサラダ	金時豆・大豆 白いんげん豆		じゃがいも			枝豆・きゅうり とうもろこし		大豆
30 (木)	ごまドレッシング				ごまドレッシング				小麦・大豆・ごま
	キャベツスープ	ベーコン			なたね油	にんじん	にんにく・キャベツ たまねぎ	スープストック・塩 こしょう	豚肉
	麦ごはん			米・大麦					
	さわらの香味焼き	さわら					ねぎ・しょうが	みりん・しょうゆ	
切り干し大根のみそ汁	鶏肉		砂糖	なたね油	かぼちゃ		しょうが	酒・しょうゆ	鶏肉
	豆腐・かつお節	いわし節					切り干し大根・ねぎ なめこ・とうがん	豆みそ	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。
 ●朝夕の食事と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(ピーナッツ)・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ものがああります。
 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。