

令和4年度 7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ものになる食品			
		たんばく質	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 (金)	麦ごはん			米・大麦					
	鶏肉のトマトおろしあえ	鶏肉		でんぶん・砂糖	大豆油	トマト	しょうが・たまねぎ きゅうり漬け	酒・しょうゆ・みりん 米酢	鶏肉・大豆
	米類と野菜のサラダ			米類・砂糖	なたね油	こまつな・にんじん	きゅうり・キャベツ	米酢・薄口しょうゆ・塩	
	モロヘイヤのみそ汁	豆腐・かつお節	いわし節			モロヘイヤ	えのきたけ 切り干し大根	麦みそ・白こうじみそ	大豆
4 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	かぼちゃの天ぷら			米粉・でんぶん	大豆油	かぼちゃ		塩	大豆
	とりすき丼の具	鶏肉・かまぼこ		しらたき・中双糖	なたね油		たまねぎ・キャベツ ねぎ	酒・みりん・しょうゆ	鶏肉
	なめこのけんちん汁	油あげ・豆腐 かつお節	いわし節			にんじん	ごぼう・なめこ しいたけ・だいこん ねぎ	薄口しょうゆ・塩	大豆
5 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	油淋鶏	鶏肉		小麦粉・米粉・砂糖 でんぶん	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	鶏肉・ごま・小麦 大豆
	春雨の中華あえ			はるさめ・砂糖		チンゲンサイ・にんじん	キャベツ・とうもろこし	薄口しょうゆ・米酢・塩	
	ごまキムチ汁	豚肉・かつお節	いわし節	こんにやく	ごま	にんじん	ごぼう・だいこん れんこん・ねぎ はくさいキムチ	酒・みりん・白こうじみそ	豚肉・大豆・ごま
6 (水)	米粉食パン		脱脂粉乳	小麦粉・米粉・砂糖	ショートニング			塩・イースト	小麦・乳
	白身魚の カレーパン焼き	ナイルパーチ		パン粉	オリーブ油	パセリ		酒・塩・こしょう・カレー粉	小麦
	青菜のナッツあえ				アーモンド	こまつな・ほうれんそう にんじん	キャベツ・とうもろこし	しょうゆ	アーモンド
	ベーコンと野菜の クリームスープ	ベーコン	牛乳・生クリーム		なたね油	にんじん・赤ピーマン パセリ	たまねぎ・ズッキーニ マッシュルーム・枝豆	スープストック・塩 黒こしょう・ホワイトルウ	豚肉・小麦・大豆 乳
7 (木)	はくはん			米					
	星型ハンバーグの おろしだれ	大豆たんばく・豚肉 鶏肉		砂糖・ぶどう糖 中双糖	豚脂	トマト	たまねぎ・しょうが だいこん・にんにく	塩・みりん・香辛料 薄口しょうゆ	鶏肉・豚肉・大豆
	なすのみそ炒め	豚肉		砂糖・でんぶん	なたね油	甘長ピーマン・にんじん	なす・たまねぎ	豆みそ・しょうゆ・酒	豚肉・大豆
	七塔そうめん汁	すけそうだら かつお節		そうめん・でんぶん 中双糖		にんじん・かぼちゃ みつば	えのきたけ・しいたけ とうがん	塩・薄口しょうゆ	小麦
七塔デザート	豆乳	寒天	砂糖・液糖・水あめ			夏みかん・メロン		大豆	
8 (金)	ソフトめん			小麦粉				塩	小麦
	ツナオムレツ	卵・まぐろ水煮		でんぶん・砂糖	なたね油		たまねぎ	塩・穀物酢・こしょう	卵
	ごぼうサラダ			砂糖		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・米酢・塩	大豆
	なす入りミートソース	牛肉・豚肉	チーズ		オリーブ油	にんじん・トマト	にんにく・たまねぎ なす・マッシュルーム	ハヤシルウ・ケチャップ ウスターソース・こしょう デミグラスソース・塩 スープストック	牛肉・鶏肉・豚肉 小麦・大豆・乳
11 (月)	はくはん			米					
	鮭の みそマヨネーズ焼き	さけ			ノンエッグマヨネーズ			酒・こしょう・豆みそ 塩	さけ・大豆
	五目きんぴら	さつまあげ		こんにやく・三温糖	ごま油・ごま	にんじん・さやいんげん	ごぼう・れんこん	酒・しょうゆ・和風だし みりん	ごま
糸かまぼこのすまし汁	かまぼこ・かつお節				にんじん・みつば	だいこん・たけのこ しいたけ・えのきたけ	薄口しょうゆ・塩		
12 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	青のり	小麦粉・米粉	大豆油				小麦・大豆
	梅おかかあえ	花かつお		砂糖		にんじん	だいこん・きゅうり キャベツ	塩・みりん・薄口しょうゆ	
おくらと冬瓜のみそ汁	豚肉・豆腐 かつお節	いわし節			オクラ	とうがん・えのきたけ ねぎ	酒・白こうじみそ・麦みそ	豚肉・大豆	

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ものになる食品				
		たんばく質	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				
13 (水)	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	
	照り焼きチキン	鶏肉					りんご・しょうが	酒・みりん・しょうゆ	りんご・鶏肉	
	ジャーマンポテト	ベーコン				じゃがいも	なたね油	ピーマン・パセリ	たまねぎ コンソメ・塩・こしょう 豚肉	
	ミネストローネ					マカロニ	オリーブ油	にんじん・トマト かぼちゃ・パセリ	たまねぎ・枝豆 スープストック・塩 こしょう 小麦・大豆	
14 (木)	さくらごはん			米・大麦				しょうゆ・酒		
	黒はんぺんフライ	いわし・魚肉すり身 卵白	あおさ	小麦粉・パン粉 でんぶん・砂糖	植物油・大豆油			たまねぎ・しょうが	塩・しょうゆ 卵・小麦・乳 大豆	
	小松菜と サクラエビの煮びたし	生揚げ	桜えび					こまつな	水菜・しめじ 薄口しょうゆ・みりん 和風だし えび・大豆	
	のっぺい汁	鶏肉・油あげ かつお節	昆布					にんじん	ごぼう・だいこん・ねぎ 酒・塩・薄口しょうゆ みりん 鶏肉・大豆	
	静岡お茶プリン	豆乳						砂糖・液糖	抹茶	大豆
	麦ごはん(委託)			米・大麦						
15 (金)	豆腐シューマイ	大豆粉・豆腐 魚肉すり身		小麦粉・砂糖 でんぶん	なたね油 ショートニング			たまねぎ・しょうが	酒・塩・かつおだし しょうゆ・昆布だし 小麦・大豆	
	海藻サラダ		赤とさか・白とさか わかめ・茎わかめ					にんじん	きゅうり・とうもろこし	
	青じそドレッシング								青じそドレッシング	
	夏野菜カレー	豚肉・豆乳			なたね油	にんじん・かぼちゃ トマト・赤ピーマン	しょうが・にんにく たまねぎ・りんご なす	赤ワイン・ケチャップ ノンアレルギーカレールウ ウスターソース・塩 カレー粉・ローレル スープストック	豚肉・りんご・大豆	
	麦ごはん			米・大麦						
19 (火)	けいちゃん風みそ焼き	鶏肉			砂糖			しょうが・にんにく	酒・しょうゆ・豆みそ 麦みそ 鶏肉・大豆	
	きゅうりと じゃがいものサラダ					じゃがいも・砂糖	なたね油	にんじん	きゅうり・とうもろこし 米酢・薄口しょうゆ・塩	
	モロヘイヤと 卵の和風スープ	豆腐・かつお節・卵			でんぶん			モロヘイヤ・みつば	たまねぎ・えのきたけ しいたけ 薄口しょうゆ・塩 大豆・卵	
	バーガーパン		脱脂粉乳	小麦粉・砂糖	ショートニング			塩・イースト	小麦・乳	
20 (水)	フィッシュフライ	たら・大豆たんばく			小麦粉・パン粉 コーンスターチ			なたね油・大豆油	塩・こしょう 小麦・大豆	
	タルタルソース							タルタルソース	卵・大豆	
	キャベツのソテー							なたね油	にんじん キャベツ・しめじ 枝豆 チキンコンソメ・塩 こしょう・しょうゆ 小麦・大豆・鶏肉	
	コーンクリームスープ		牛乳・生クリーム					パセリ	たまねぎ・とうもろこし 塩・スープストック ホワイトルウ・こしょう 小麦・豚肉・乳	
	冷凍南濃みかん								みかん	

※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

- 食品表示基準に基づき、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: えび・かに・小麦・そば・卵・乳・落花生(ピーナッツ)
 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
- 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。
 - 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、以下の食品が使われています。
 * 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・白こうじみそ・麦みそ・西京みそ)・・・大豆
 * スープストック・・・大豆・豚肉・鶏肉 * コンソメ・・・鶏肉・豚肉
 - 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。
 - 魚については、えび・かにを捕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。

- ★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。