

令和4年度 9月こんだて材料表

日 (曜)	3つの食品群 5大栄養素 6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のになる食品		おもに体の調子を整えるものになる食品			
		たんぱく質	無機質	炭水化物	脂質	ビタミン			
		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)	わかめごはん 千草焼き モロヘイヤのお浸し 里芋と鶏団子の みそ汁		わかめ	米・大麦・砂糖 でんぶん・砂糖	なたね油	にんじん・ほうれんそう たまねぎ	塩 みりん・塩・しょうゆ 穀物酢 しょうゆ・みりん 和風だし だしこん・たまねぎ なす・ねぎ	卵・小麦・大豆	
2 (金)	はくはん あじの南部焼き 野菜の含め煮 冬瓜汁			米 こんにやく・中双糖	ごま	しょうが ごぼう・しいたけ たけのこ とうがんとえのきたけ しょうが・ねぎ	酒・みりん・しょうゆ 酒・しょうゆ・みりん 和風だし 薄口しょうゆ・酒・塩 みりん	ごま 大豆 大豆	
5 (月)	キムチごはん 鶏肉の韓国揚げ もやしのナムル ワンタンスープ	豚肉		米・砂糖 砂糖・でんぶん 砂糖	ごま油 大豆油	にんじん しょうが はくさいキムチ にんにく・しょうが	酒・しょうゆ・塩 酒・コチュジャン 豆みそ・しょうゆ 米酢・鶏がらスープ 薄口しょうゆ 鶏豚湯・中華だし・塩 しょう・薄口しょうゆ	豚肉・ごま・大豆 鶏肉・大豆 大豆・鶏肉・ごま 小麦・豚肉・鶏肉	
6 (火)	麦ごはん 揚げボールの たご焼き風 豚丼の具 豆腐と花ふのすまし汁 冷凍南濃みかん		青のり	米・大麦 小麦粉・米粉・砂糖 でんぶん	大豆油	しょうが漬け ケチャップ	塩・焼きそばソース ケチャップ	りんご・小麦・豚肉 大豆 豚肉	
7 (水)	米粉食パン いかのハーブ焼き マカロニサラダ ノンエッグマヨネーズ カレースープ		脱脂粉乳	小麦粉・米粉・砂糖	ショートニング	パセリ にんにく	塩・イースト 白ワイン・塩・こしょう オリーブ油	小麦・乳 小麦 大豆	
8 (木)	はくはん 小イワシのフライ 肉じゃが 切り干し大根のみそ汁			米 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 酒・しょうゆ・和風だし みりん 豆みそ・妻みそ	小麦・大豆 豚肉・大豆 大豆	
9 (金)	ソフトめん 焼きギョウザ 春雨の中華あえ 中華あん			小麦粉 小麦粉・もち米粉 コーンスターチ・砂糖	ごま油・なたね油 豚脂	にら キャベツ・たまねぎ	塩 酒・塩・しょうゆ オイスターソース	小麦 鶏肉・ごま・小麦 豚肉・大豆	
12 (月)	チキンライス 白身魚の みかんソースがらめ カラフルあえ 卵のスープ	鶏肉		米・大麦・砂糖 でんぶん・砂糖	なたね油 大豆油	たまねぎ マッシュルーム・枝豆	塩 ケチャップ・こしょう トマトソース スープストック・塩	鶏肉・大豆 大豆	
13 (火)	はくはん 鮭のつけ焼き ごぼうのしぐれ煮 ゆばのすまし汁			米 こんにやく・中双糖		しょうが しょうが・ごぼう	薄口しょうゆ・酒 みりん 酒・しょうゆ・みりん	さけ 牛肉	
14 (水)	食パン ささみのレモン煮 野菜のソテー かぼちゃのポタージュ		脱脂粉乳	小麦粉・砂糖 でんぶん・砂糖	ショートニング 大豆油	レモン キャベツ・もやし とうもろこし	塩・イースト 酒・塩・しょうゆ スープストック・塩 こしょう	小麦・乳 鶏肉・大豆	
15 (木)	はくはん 豚肉の生姜焼き キャベツの昆布あえ けんちん汁 ぶどうゼリー			米 三温糖		しょうが・りんご レモン キャベツ・きゅうり	塩 白ワイン・しょうゆ 塩	小麦・乳 豚肉・りんご 小麦・大豆	
16 (金)	麦ごはん(委託) ししやものカレー揚げ ひじきの炒め煮 さつま汁		ししやも	米・大麦 でんぶん・小麦粉	大豆油	にんじん・さやいんげん	カレー粉 酒・和風だし・しょうゆ みりん	小麦・大豆	

※牛乳は、毎日つきます。

日 (曜)	3つの食品群 5大栄養素 6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のになる食品		おもに体の調子を整えるものになる食品			
		たんぱく質	無機質	炭水化物	脂質	ビタミン			
20 (火)	はくはん 魚ロッケ ソース 煮ごみ うったち汁			米 パン粉・でんぶん	大豆油	にんじん たまねぎ	みりん・塩・しょうゆ ソース こんにやく・里いも 砂糖 すいとん	卵・小麦・大豆 鶏肉・大豆 豚肉・小麦・大豆	
21 (水)	小型パン ミートボールのトマト煮 フルーツジュレ 焼きそば			小麦粉・砂糖 砂糖	ショートニング なたね油	にんじん・トマト たまねぎ・にんにく しょうが	塩・イースト 塩・ケチャップ スープストック ウスターソース	小麦・乳 鶏肉・大豆	
22 (木)	はくはん シイラの みそマヨネーズ焼き おからの炒り煮 五目汁			米 しいら	ノンエッグマヨネーズ	にんじん ごぼう	塩・こしょう 白こしょうみそ 酒・和風だし・しょうゆ 塩	大豆 大豆・鶏肉	
26 (月)	五目ごはん ハンバーグの きのこあん 野菜のおかかあえ あおさ汁			米・大麦・砂糖 砂糖・液糖・でんぶん	なたね油 豚脂	にんじん トマト	ごぼう・しいたけ まいたけ・枝豆 たまねぎ・しょうが しいたけ・えのきたけ にんにく	大豆 鶏肉・豚肉・大豆	
27 (火)	麦ごはん さつまいもスティック かみかみごぼうサラダ 豆とかぼちゃの カレー りんご			米・大麦 さつまいも	大豆油	にんじん ごぼう	塩 薄口しょうゆ・米酢・塩 アーモンド	大豆 アーモンド	
28 (水)	黒食パン 鶏肉の はちみつロースト ジャーマンポテト ジュリエンスープ			小麦粉・黒砂糖 砂糖	ショートニング	じゃがいも なたね油	塩・イースト 酒・しょうゆ・みりん	小麦・乳 鶏肉	
29 (木)	はくはん 焼き豆腐の くるみみそあん 切り干し大根と ひじきのあえ物 糸かまぼこのすまし汁			米 中双糖・でんぶん	くるみ・ごま	にんじん・ごま たまねぎ・りんご 枝豆	塩・こしょう 酒・しょうゆ・みりん	鶏肉	
30 (金)	はくはん さんまのかば焼き風 里いもとかの煮付け 野菜のみそ汁			米 でんぶん・中双糖	大豆油	しょうが しょうが	薄口しょうゆ スープストック・塩 こしょう	小麦・乳 豚肉・小麦・卵 大豆	

※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(ビーナッツ)
 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

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・白こしょうみそ・妻みそ・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

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。