

令和4年度 11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 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	鶏肉のトマトだれ	鶏肉		米粉・砂糖・でんぷん	なたね油	トマト	たまねぎ	酒・塩・こしょう・米酢 しょうゆ・みりん	鶏肉
	きゅうりとキャベツの 赤じそあえ			砂糖		にんじん・赤じそ	きゅうり・キャベツ	塩	
	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	薄口しょうゆ・塩	
2 (水)	丸パン		脱脂粉乳	小麦粉・砂糖	ショートニング			塩・イースト	小麦・乳
	フィッシュフライ	たら・大豆粉 大豆たんぱく		小麦粉・パン粉 水あめ	大豆油			塩・こしょう	小麦
	タルタルソース				タルタルソース				大豆・卵
	カラフルポテト			じゃがいも	なたね油	にんじん・パセリ	枝豆・とうもろこし	スープストック・塩 こしょう	大豆
4 (金)	キャベツスープ	ベーコン			なたね油		にんにく・キャベツ たまねぎ・しめじ	スープストック・塩 こしょう	豚肉
	ナン			小麦粉・砂糖	大豆油・ショートニング			塩・イースト	小麦・大豆
	さつまいもスティック			さつまいも	大豆油			塩	大豆
	大根サラダ			砂糖	なたね油	こまつな・にんじん	だいこん・きゅうり とうもろこし	しょうゆ・米酢・塩	
7 (月)	キーマカレー	豚肉		米粉	なたね油	にんじん・黄ピーマン 赤ピーマン・トマト	しょうが・にんにく たまねぎ	ナツメグ・ケチャップ ガラムマサラ・カレー粉 ウスターソース・塩	豚肉
	はくはん			米					
	豚肉のたまねぎソース	豚肉		砂糖・でんぷん			たまねぎ	酒・塩・こしょう しょうゆ・みりん	豚肉
	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
8 (火)	いものこ汁	鶏肉・かつお節		里いも・こんにやく		にんじん	しめじ・ごぼう・ねぎ	酒・薄口しょうゆ・塩	鶏肉
	まめまめごはん	大豆		米・大麦			枝豆・とうもろこし	酒・薄口しょうゆ みりん・和風だし・塩	大豆
	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
	切り干し大根のあえ物			砂糖	なたね油・ごま	にんじん・こまつな	切り干し大根	しょうゆ・塩・和風だし	ごま
9 (水)	きのこのみそ汁	厚揚げ・かつお節	いわし節	じゃがいも			えのきたけ・しいたけ ねぎ	豆みそ・白こじみそ	大豆
	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
	鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉		マーマレード				塩・こしょう・しょうゆ みりん・酒	鶏肉
	ほうれん草と ましたけのソテー				オリーブ油	ほうれん草	キャベツ・とうもろこし ましたけ	スープストック・塩 こしょう	
10 (木)	クラムチャウダー	ベーコン・あさり	牛乳	じゃがいも・小麦粉	なたね油	にんじん	たまねぎ	白ワイン・こしょう スープストック・塩	豚肉・小麦・乳
	はくはん			米					
	エビチリ	大豆粉・えび		小麦粉・パン粉 でんぷん・水あめ 砂糖	なたね油・大豆油	トマト	たまねぎ	塩・ナンブラー しょうゆ・みりん チリソース	えび・りんご・鶏肉 小麦・大豆
	野菜のナムル			砂糖	ごま油・ごま	ほうれん草・にんじん	大豆もやし・だいこん	米酢・鶏がらスープ 薄口しょうゆ	大豆・鶏肉・ごま
11 (金)	ワンタンスープ			ワンタン		にんじん・チンゲンサイ	たまねぎ	鶏豚湯・薄口しょうゆ 中華だし・塩・こしょう	小麦・豚肉・鶏肉
	ソフトめん			小麦粉				塩	小麦
	豆腐ハンバーグ	豆腐・鶏肉		小麦粉・パン粉			しょうが・たまねぎ	塩・しょうゆ・こしょう	鶏肉・小麦・大豆
	ごぼうサラダ			砂糖	なたね油	にんじん	ごぼう・きゅうり とうもろこし	薄口しょうゆ・米酢・塩	
14 (月)	肉みそソース	鶏肉		砂糖・でんぷん	なたね油	にんじん	しょうが・たまねぎ たけのこ・枝豆	酒・豆みそ・中華だし 塩	鶏肉・大豆
	麦ごはん			米・大麦					
	鶏肉のしょうが焼き	鶏肉			なたね油		しょうが	しょうゆ・酒・みりん	鶏肉
	ほうれん草と 白菜のおひたし	花かつお		砂糖		ほうれん草・にんじん	白菜	しょうゆ・みりん 和風だし	
15 (火)	けんちん汁	油あげ・豆腐 かつお節		こんにやく		にんじん	ごぼう・だいこん しいたけ・ねぎ	酒・薄口しょうゆ・塩	大豆
	南濃みかん			米			みかん		
	はくはん			米					
	豚肉とごぼうの 揚げがらめ	豚肉		でんぷん・砂糖	大豆油		ごぼう・しょうが	酒・しょうゆ・みりん	豚肉・大豆
16 (水)	根菜の中華みそ炒め	鶏肉		さつまいも・砂糖 でんぷん	なたね油	にんじん・こまつな	れんこん・たまねぎ	豆みそ・しょうゆ・酒 中華だし	鶏肉・大豆
	中華コーンスープ					チンゲンサイ	たまねぎ・えのきたけ とうもろこし	鶏豚湯・中華だし・塩 こしょう・薄口しょうゆ	豚肉・鶏肉
	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
	タンドリーフィッシュ	さわら	ヨーグルト					ウスターソース・カレー粉 塩・こしょう・ケチャップ	ゼラチン・乳
16 (水)	キャベツソテー				なたね油	にんじん	キャベツ・しめじ とうもろこし	チキンコンソメ・塩 こしょう・しょうゆ	鶏肉・小麦・大豆
	トマトポテトスープ	ベーコン		じゃがいも	オリーブ油	トマト・パセリ	にんにく・たまねぎ	スープストック・塩 こしょう	豚肉

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			
17 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	ししゃものいそべ揚げ			小麦粉・米粉	大豆油				小麦・大豆
	ひじきの炒め煮	さつまあげ・大豆	ひじき	こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん	枝豆	酒・和風だし・しょうゆ みりん	大豆
	豚汁	豚肉・豆腐 かつお節	いわし節	里いも		にんじん	ましたけ・だいこん ねぎ	酒・豆みそ 白こじみそ	豚肉・大豆
18 (金)	麦ごはん(委託)			米・大麦					
	厚揚げの肉みそかけ	生揚げ・鶏肉		中双糖・でんぷん	なたね油		しょうが	豆みそ・酒・みりん	大豆・鶏肉
	きゅうりともやしの 和え物			砂糖	ごま・ごま油	にんじん	きゅうり・大豆もやし とうもろこし	米酢・薄口しょうゆ	大豆・ごま
	沢煮わん	かつお節・豚肉		こんにやく		にんじん・みつば	ごぼう・だいこん しいたけ	酒・薄口しょうゆ・塩	豚肉
21 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	ちくわのカレー揚げ	ちくわ		小麦粉・米粉	大豆油			カレー粉	小麦・大豆
	豚肉の根菜 どんぶりの具	豚肉		こんにやく・三温糖	なたね油	にんじん・さやいんげん	しょうが・ごぼう たまねぎ・しいたけ	酒・しょうゆ・みりん	豚肉
	まつたけ麩のすまし汁	かつお節		麩		にんじん・こまつな	だいこん・えのきたけ	薄口しょうゆ・塩	小麦
22 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	小籠包	小麦たんぱく・豚肉 鶏肉		小麦粉・パン粉 でんぷん・砂糖				しょうが・たまねぎ	塩・しょうゆ・こしょう 鶏肉・小麦・豚肉 大豆
	春雨の中華あえ			はるさめ・砂糖	なたね油				
	豆腐チゲ	豚肉・豆腐 かつお節	いわし節			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	豚肉・大豆
24 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	さけのおろしかけ	さけ		砂糖			だいこん	塩・酒・薄口しょうゆ みりん	さけ
	五目豆	鶏肉・大豆	昆布	こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん	ごぼう	和風だし・しょうゆ みりん・酒	鶏肉・大豆
	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	白こじみそ	大豆
25 (金)	お米のデザート	大豆粉・豆乳		米粉・砂糖・水あめ	なたね油		みかん		大豆
	麦ごはん			米・大麦					
	じゃがいものからあげ			じゃがいも	大豆油			塩・こしょう	大豆
	野菜とマカロニのサラダ			マカロニ		ほうれん草・にんじん	きゅうり・とうもろこし		小麦
28 (月)	ノンエッグマヨネーズ				ノンエッグマヨネーズ				大豆
	ハヤシライス	牛肉			なたね油	トマト・にんじん	にんにく・たまねぎ マッシュルーム	デミグラスソース ハヤシルウ・ケチャップ ウスターソース スープストック・塩 赤ワイン・こしょう	牛肉・鶏肉・小麦 豚肉・大豆
	麦ごはん			米・大麦					
	あじのみそがらめ	あじ		でんぷん・砂糖	大豆油			酒・しょうゆ・豆みそ みりん	大豆
29 (火)	さつまいもの ピリ辛きんぴら			こんにやく・さつまいも 砂糖	なたね油・ごま	にんじん		和風だし・しょうゆ 豆板醤	大豆・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・えのきたけ しいたけ	薄口しょうゆ・塩	大豆・卵
	ごぼうの 炊き込みごはん	油あげ		米・こんにやく	なたね油		ごぼう・枝豆	薄口しょうゆ・みりん	大豆
	飛び魚バーグフライ	たら・とびうお		パン粉・でんぷん 砂糖	大豆油	にんじん	たまねぎ	和風だし・塩	小麦・大豆
30 (水)	鶏の治部煮	鶏肉		麩・砂糖・でんぷん	なたね油	にんじん・さやいんげん	だいこん	酒・しょうゆ・みりん 和風だし	小麦・鶏肉
	れんこん団子汁	豚肉・鶏肉 かつお節	いわし節	パン粉・砂糖・水あめ 里いも		にんじん	たまねぎ・れんこん えのきたけ・ねぎ	塩・白こじみそ 豆みそ	鶏肉・小麦・豚肉 大豆
	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
	フルーツポンチ			水あめ・液糖			みかん・パイナップル もも		もも・りんご
焼きそば	豚肉・花かつお	青のり	中華めん	なたね油	にんじん	キャベツ 白しょうが漬	スープストック・こしょう 焼きそばソース・塩	りんご・小麦・豚肉 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(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。