

令和4年度 12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			
	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)	はくはん			米					
	ヒレカツ	大豆・大豆たんぱく 豚肉		小麦粉・パン粉 コーンスターチ・砂糖	なたね油・大豆油 ショートニング			塩・イースト	小麦・豚肉・大豆
	ソース							ソース	
	きゅうりの昆布あえ		塩こんぶ			にんじん	キャベツ・きゅうり	塩	小麦・大豆
	のっぺい汁	油あげ・かつお節	昆布			にんじん	ごぼう・しいたけ だいこん・ねぎ	塩・薄口しょうゆ みりん	大豆
	南蛮みかん						みかん		
2 (金)	麦ごはん			米・大麦					
	三色そぼろ丼の具	鶏肉・大豆・卵		砂糖・上新粉・でんぶん	大豆油		しょうが・枝豆	酒・薄口しょうゆ・塩 和風だし・みりん・酢	鶏肉・大豆・卵
	ほうれんそうのごまあえ				ごま	ほうれんそう・にんじん	キャベツ	しょうゆ	ごま
	豚汁	豚肉・豆腐・大豆 かつお節	いわし節	こんにやく		にんじん	しょうが・だいこん ねぎ	酒・豆みそ・麦みそ	豚肉・大豆
5 (月)	はくはん			米					
	さわらの西京焼き	さわら						西京みそたれ	大豆
	大根と厚揚げの煮物	厚揚げ		砂糖		にんじん・こまつな	だいこん	酒・しょうゆ・みりん 和風だし	大豆
	糸かまぼこのすまし汁	かまぼこ・かつお節				にんじん	たけのこ・えのきたけ しいたけ・ねぎ	薄口しょうゆ・塩	
6 (火)	はくはん			米					
	豚肉のあんからめ	豚肉		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	豚肉・大豆・ごま
	パンサンスー			砂糖	なたね油	にんじん	キャベツ・きゅうり	米酢・しょうゆ・塩	
	チンゲン菜と卵の 中華スープ	卵	わかめ	でんぶん		にんじん・チンゲンサイ	たまねぎ	鶏がらスープ・中華だし 塩・こしょう・薄口しょうゆ	鶏肉・卵
7 (水)	パインパン		脱脂粉乳	小麦粉・砂糖	ショートニング			塩・イースト	小麦・乳
	鶏肉の はちみつロースト	鶏肉		はちみつ			にんにく・しょうが	酒・しょうゆ・みりん	鶏肉
	野菜ときのこのソテー				オリーブ油	ほうれんそう・にんじん	キャベツ・エリンギ しめじ・とうもろこし	スープストック・塩 こしょう	
	ポトフ	フランクフルト		じゃがいも		かぼちゃ・ブロッコリー	たまねぎ	スープストック・塩 こしょう	豚肉
8 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	イカのねぎ塩焼き	いか		砂糖	ごま油		しょうが・にんにく ねぎ	薄口しょうゆ・塩・酒 こしょう	いか・ごま
	筑前煮	鶏肉		こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん	ごぼう・しいたけ れんこん・たけのこ 枝豆	和風だし・酒・しょうゆ みりん	鶏肉・大豆
	さつま汁	豆腐・かつお節	いわし節	さつまいも		にんじん	白菜・ねぎ	麦みそ・白こうじみそ	大豆
	ソフトめん			小麦粉				塩	小麦
9 (金)	マグロの竜田揚げ	まぐろ		でんぶん	大豆油		しょうが	しょうゆ・酒	大豆
	カラフルあえ					ほうれんそう	キャベツ・とうもろこし	薄口しょうゆ	
	ミートソース	豚肉・牛肉	チーズ		オリーブ油	にんじん・トマト	にんにく・たまねぎ マッシュルーム	赤ワイン・ケチャップ ウスターソース ハヤシルウ・こしょう デミグラスソース スープストック・塩	牛肉・鶏肉・豚肉 小麦・大豆・乳
	ヨーグルト		生クリーム・脱脂粉乳 加糖練乳・寒天	砂糖					乳
12 (月)	五目ごはん	油あげ		米・大麦・砂糖	なたね油	にんじん	ごぼう・しいたけ まいたけ・枝豆	酒・和風だし 薄口しょうゆ・みりん	大豆
	さばの香味焼き	さば					ねぎ・しょうが	酒・みりん・しょうゆ	さば
	青菜のおひたし					こまつな・ほうれんそう にんじん		しょうゆ・和風だし みりん	
	湯葉のすまし汁	ゆば・かつお節	わかめ			みつば	たけのこ・えのきたけ	薄口しょうゆ・塩	小麦・大豆
13 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	さつまいもの揚げがらめ			さつまいも・砂糖	大豆油			しょうゆ・みりん・酒	大豆
	かみかみあえ			砂糖	なたね油・アーモンド	にんじん	ごぼう・れんこん きゅうり・枝豆	薄口しょうゆ・米酢・塩	アーモンド・大豆
	ドライカレー	豚肉・牛肉・大豆		大麦・砂糖	なたね油	にんじん・ピーマン	にんにく・しょうが たまねぎ・とうもろこし りんご	赤ワイン・塩・こしょう ケチャップ・コンソメ ウスターソース カレールー	りんご・牛肉・豚肉 小麦・大豆
14 (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
	オムレツの デミグラスソース	卵		でんぶん・砂糖	なたね油		マッシュルーム たまねぎ	塩・殺菌酢・ケチャップ ウスターソース・赤ワイン デミグラスソース	小麦・卵・鶏肉
	ポテトと野菜のサラダ			じゃがいも		にんじん	キャベツ・きゅうり		
	ノンエッグマヨネーズ				ノンエッグマヨネーズ				大豆
	南瓜のポタージュ	ベーコン	牛乳・生クリーム			かぼちゃ・パセリ	たまねぎ	ホワイトルー・塩 こしょう・コンソメ	豚肉・小麦・乳

★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。

※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 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			
	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		
15 (木)	はくはん			米					
	油淋鶏	鶏肉				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
	切り干し大根の ピリ辛炒め	豚肉				砂糖	なたね油・ごま油	にんじん・こまつな	にんにく・切り干し大根 しいたけ
	豆腐とわかめのスープ	豆腐	わかめ					にんじん	たまねぎ・ねぎ
16 (金)	麦ごはん(委託)					米・大麦			
	竹輪のお好み揚げ	ちくわ・かつお粉	青のり			小麦粉・米粉	大豆油	しょうが漬け	塩
	肉じゃが	豚肉				しらたき・じゃがいも 中双糖	なたね油	にんじん	たまねぎ・枝豆
	具だくさんみそ汁	油あげ・かつお節	わかめ・いわし節						ごぼう・えのきたけ だいこん・白菜・ねぎ
	納豆	納豆							
	納豆のたれ	かつお節	昆布			砂糖			しょうゆ・塩
19 (月)	コーンピラフ	ウインナー				米	マーガリン	パセリ	たまねぎ・とうもろこし マッシュルーム
	さけのハーブ焼き	さけ					オリーブ油	バジル	にんにく
	なばなのナッツあえ						アーモンド カシューナッツ	なばな・にんじん	キャベツ
	ミネストローネ	ベーコン・大豆				マカロニ		かぼちゃ・トマト	たまねぎ・だいこん
20 (火)	麦ごはん					米・大麦			
	笹かまぼこの ゆずみそかけ	ささかまぼこ				砂糖			ゆず
	油麩の卵とじ	卵				砂糖・油麩		にんじん・みつば	たまねぎ・しいたけ
	おくずがけ	油あげ・かつお節						にんじん	ごぼう・ねぎ
21 (水)	黒食パン		脱脂粉乳			小麦粉・砂糖 黒砂糖	ショートニング		塩・イースト
	お米のさきさカツ	大豆たんぱく・鶏肉				米粉・じゃがいも コーンスターチ・砂糖	なたね油・大豆油		塩・こしょう
	花野菜のサラダ							ブロッコリー	カリフラワー とうもろこし
	イタリアンドレッシング						イタリアンドレッシング		
	冬野菜のシチュー	ベーコン	牛乳・生クリーム					にんじん・パセリ	たまねぎ・かぶ・白菜
22 (木)	はくはん					米			
	かぼちゃの天ぷら					小麦粉・米粉	大豆油	かぼちゃ	塩
	白菜のおかあえ	花かつお						ほうれんそう	白菜
	関東煮	厚揚げ・はんぺん うずら卵・かつお節	昆布			こんにやく・里いも 中双糖		にんじん	だいこん
	りんご								りんご
23 (金)	中華めん					小麦粉			塩
	ほうれんそう焼売	大豆粉・豆腐				小麦粉・でんぶん 砂糖	なたね油 ショートニング	ほうれんそう	たまねぎ・しょうが
	野菜の中華炒め	豚肉				でんぶん	なたね油	にんじん	しょうが・たまねぎ しめじ・たけのこ キャベツ
	しょうゆラーメンの スープ	焼き豚・なると	わかめ					にんじん	もやし・とうもろこし ねぎ
26 (月)	麦ごはん					米・大麦			
	れんこんと さつま芋のチップス					さつまいも	大豆油		れんこん
	こんにやくと わかめのサラダ		わかめ			こんにやく			きゅうり・だいこん とうもろこし
	青じそドレッシング								青じそドレッシング
	ポーカカレー	豚肉・豆乳				じゃがいも	なたね油	にんじん・トマト	にんにく・しょうが たまねぎ・りんご 枝豆
	米粉の いちごクレープ	豆乳				米粉・でんぶん・砂糖 液糖・水あめ	大豆油		いちご・レモン

※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

- 給食に関するくいしい食材・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ます、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。