

# 令和4年度 1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			
10 (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
	豚丼の具	豚肉		三温糖	なたね油	にんじん	しょうが・たまねぎ ごぼう	酒・しょうゆ・和風だし みりん	豚肉
	けんちん汁	豆腐・かつお節		こんにやく		にんじん	だいこん・しいたけ ねぎ	酒・薄口しょうゆ・塩	大豆
11 (水)	ヨーグルト		ヨーグルト						乳
	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
	さけのムニエル	さけ		米粉	バター		レモン	塩・こしょう	さけ・乳
	大根サラダ			砂糖	なたね油	ごまつな	だいこん・きゅうり とうもろこし	しょうゆ・米酢・塩	
12 (木)	冬野菜のクリームスープ	鶏肉	牛乳・生クリーム		なたね油	にんじん・ブロッコリー パセリ	たまねぎ・白菜 れんこん・ごぼう	スープストック・塩 こしょう・ホワイトルウ 白こうじみそ	鶏肉・小麦・豚肉・乳 大豆
	はくはん			米					
13 (金)	鶏肉の照り焼き	鶏肉					りんご・しょうが	酒・みりん・しょうゆ	りんご・鶏肉
	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
	野菜のみそ汁	油あげ・かつお節	いわし節			にんじん	まいたけ・だいこん 白菜・ねぎ	豆みそ・白こうじみそ	大豆
14 (土)	うどん	小麦たんぱく		小麦粉				塩	小麦
	ししゃものカレー揚げ		ししゃも	でんぷん・小麦粉	大豆油			カレー粉	小麦・大豆
	切り干し大根のあえ物			砂糖	なたね油	にんじん・ほうれんそう	切り干し大根 とうもろこし	しょうゆ・和風だし・塩	
15 (日)	肉うどんの汁	牛肉・油あげ かつお節		でんぷん		にんじん	しょうが・白菜 しいたけ・ねぎ	酒・しょうゆ・和風だし 塩・みりん	牛肉・大豆
	さけわかめごはん	さけ	わかめ	米・大麦・砂糖				塩	さけ
	エビフライ	小麦たんぱく・えび		小麦粉・パン粉 でんぷん	大豆油			塩	えび・小麦・大豆
	タルタルソース				タルタルソース				卵・大豆
16 (月)	煮しめ	鶏肉		こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん	ごぼう・れんこん・枝豆	酒・和風だし・しょうゆ みりん	鶏肉・大豆
	もちふのすまし汁	かまぼこ・かつお節		麩		にんじん・みつば	だいこん・えのきたけ	薄口しょうゆ・塩	小麦
	りんご						りんご		りんご
17 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	れんこんチップ				大豆油		れんこん	塩	大豆
	キャベツサラダ			砂糖	なたね油	にんじん	キャベツ・きゅうり とうもろこし・レモン	薄口しょうゆ	
	トマトチキンカレー	鶏肉・豆乳		じゃがいも	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・りんご	ローレル・こしょう スープストック ウスターソース ケチャップ ノンアレルギーカレールウ	りんご・鶏肉・大豆
18 (水)	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
	根菜バーグ	大豆たんぱく・鶏肉		パン粉・里いも でんぷん・砂糖	ごま油・豚脂		ごぼう・たまねぎ れんこん	塩・しょうゆ	鶏肉・ごま・小麦 豚肉・大豆
	杏仁豆腐	豆乳	寒天	砂糖・液糖・水あめ			みかん・もも パイナップル		もも・大豆
	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	酒・鶏がらスープ 中華だし・塩・こしょう	小麦・豚肉・鶏肉
19 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	鶏肉のトマトだれ	鶏肉		でんぷん・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
	西美濃野菜のおひたし		塩こんぶ	砂糖		ごまつな・にんじん	きゅうり・もやし	みりん・薄口しょうゆ	小麦・大豆
20 (金)	大根とさといものみそ汁	かつお節	いわし節	里いも		にんじん	だいこん・たまねぎ ねぎ	麦みそ・白こうじみそ	大豆
	麦ごはん(委託)			米・大麦					
21 (土)	さばのみそかけ	さば		砂糖				豆みそ・酒・みりん	さば・大豆
	ひじきのそぼろ煮	鶏肉・大豆	ひじき	こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん・さやいんげん		酒・しょうゆ・和風だし	鶏肉・大豆
	沢煮わん	かつお節・かまぼこ				にんじん・みつば	ごぼう・だいこん	酒・薄口しょうゆ・塩	
22 (日)	はくはん			米					
	さわらの バターしょうゆ焼き	さわら		米粉	バター			しょうゆ・酒・みりん	乳
	豆腐チャンプルー	豆腐・豚肉・卵 花かつお		上新粉・でんぷん 砂糖	なたね油・ごま油	にんじん	もやし	塩・穀物酢・みりん 薄口しょうゆ・酒	卵・ごま・豚肉・大豆
	根菜みそ汁	かつお節	いわし節	里いも		にんじん	ごぼう・れんこん・ねぎ だいこん・まいたけ	豆みそ・麦みそ	大豆

※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			
24 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	揚げごぼうのあまがらめ			でんぷん・砂糖	大豆油		ごぼう	しょうゆ・みりん・酒	大豆
	なばなのごまあえ			砂糖	ごま		なばな・ほうれんそう	キャベツ	しょうゆ・みりん ごま
	すき焼き煮込み	牛肉・焼き豆腐 なると		こんにやく・三温糖	なたね油		春菊	たまねぎ・白菜・ねぎ	酒・みりん・しょうゆ 牛肉・大豆
25 (水)	レーズン食パン		脱脂粉乳	小麦粉・砂糖	ショートニング		干しぶどう	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
	グリーンサラダ						ブロッコリー	きゅうり・キャベツ	
	サウザンドレッシング				サウザンドレッシング				
26 (木)	ソーセージ コーンチャウダー	ウインナー	牛乳・生クリーム	じゃがいも			にんじん・パセリ	たまねぎ・とうもろこし	スープストック・塩 こしょう・ホワイトルウ
	チョコケーキ	豆乳		米粉・砂糖	なたね油				ココア 大豆
	麦ごはん			米・大麦					
27 (金)	トントんもみじの ひろしまソース	豚肉	青のり	でんぷん・じゃがいも 砂糖	大豆油		レモン	酒・塩・こしょう・ソース ケチャップ・白こうじみそ	豚肉・大豆
	噛み締める! GoGo炒め	豚肉		こんにやく・砂糖	ごま・ごま油	にんじん	ごぼう	酒・しょうゆ・豆みそ	豚肉・ごま・大豆
	大平汁	鶏肉・生揚げ かつお節		里いも・こんにやく			さやいんげん	れんこん・だいこん しいたけ	酒・薄口しょうゆ・塩 鶏肉・大豆
28 (土)	ソフトめん				小麦粉			塩	小麦
	鯉のケチャップソース	くじら肉		でんぷん・中双糖	大豆油		しょうが	しょうゆ・酒・ケチャップ ウスターソース	大豆
	甘酢あえ			砂糖			にんじん	キャベツ・きゅうり 枝豆	米酢・しょうゆ 大豆
	カレーあんかけ	豚肉・油あげ かつお節	いわし節	砂糖・でんぷん		にんじん・ほうれんそう	しいたけ・たまねぎ ねぎ	酒・塩・こしょう・しょうゆ ノンアレルギーカレールウ	豚肉・大豆
29 (日)	ミルクココア			砂糖・液糖					ココア・塩 大豆
	きんぎょめし	鶏肉・油あげ		米・砂糖	なたね油	にんじん		酒・しょうゆ・和風だし 塩	鶏肉・大豆
	白身魚のみかんソース	ホキ		でんぷん・砂糖	大豆油		みかん・レモン	酒・塩・こしょう・米酢 しょうゆ	大豆
	赤しそ和え			砂糖			にんじん・赤しそ	キャベツ・きゅうり 塩	
30 (月)	糸かまぼこのすまし汁	かまぼこ・かつお節					ごまつな	だいこん・ごぼう たけのこ・しいたけ	薄口しょうゆ・塩
	岐阜桃ゼリー				水あめ・液糖			もも	もも
	麦ごはん			米・大麦					
31 (火)	ぎょうざ	大豆粉・大豆たんぱく 豚肉・鶏肉		小麦粉・米粉 コーンスターチ・砂糖	ごま油・なたね油 豚脂	にんじん	キャベツ・たまねぎ	酒・塩・しょうゆ オイスターソース	鶏肉・ごま・小麦 豚肉・大豆
	チンゲン菜のナムル			砂糖	なたね油	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
	麻婆豆腐	豚肉・豆腐		砂糖・でんぷん	ごま油	にんじん	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

## ※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

- 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
- 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。