

令和4年度 3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			
	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 (水)	食パン		脱脂粉乳	小麦粉・砂糖	ショートニング			塩・イースト	小麦・乳
	いちごジャム			砂糖・水あめ			いちご		
	ささみの 南蛮みかんソース	鶏肉		でんぶん・砂糖	大豆油		みかん・レモン	酒・塩・こしょう・米酢 しょうゆ	鶏肉・大豆
	なばなのナッツあえ				アーモンド カシューナッツ	なばな	キャベツ	しょうゆ	アーモンド カシューナッツ
コーンチャウダー		牛乳・生クリーム	じゃがいも			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	小麦・豚肉・乳
2 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	オムレツ	卵		でんぶん・砂糖	なたね油			塩・穀物酢	卵
	カラフルポテト			じゃがいも		にんじん	枝豆	塩・こしょう スープストック	大豆
	ハヤシライスソース	豚肉			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	こしょう・スープストック デミグラスソース・塩 ハヤシルウ・ケチャップ ウスターソース・赤ワイン	鶏肉・豚肉・小麦 大豆
3 (金)	ちらし寿司	油あげ		米・砂糖		にんじん	しいたけ・れんこん 枝豆	米酢・塩・和風だし 薄口しょうゆ	大豆
	ぶりの照り焼き	ぶり						酒・しょうゆ・みりん	
	三色あえ					ほうれんそう・こまつな にんじん	とうもろこし	薄口しょうゆ	
	花びらかまぼこの すまし汁	かまぼこ・かつお節	わかめ			みつば	えのきたけ・たけのこ	薄口しょうゆ・塩	
6 (月)	ひなゼリー	大豆粉・豆乳		砂糖・液糖・水あめ ぶどう糖	植物油脂		もも・りんご		もも・りんご・大豆
	はくはん			米					
	あじフライ	大豆たんぱく・あじ		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
	ソース キャベツのたくあんあえ					にんじん	キャベツ・きゅうり たくあん漬	薄口しょうゆ・塩	
7 (火)	鶏団子のみそ汁	小麦たんぱく 大豆たんぱく・鶏肉 かつお節	わかめ・いわし節	パン粉・でんぶん 砂糖		にんじん	だいこん・たまねぎ えのきたけ・ねぎ	塩・白こごじみそ 麦みそ・発酵調味料	鶏肉・小麦・大豆
	麦ごはん			米・大麦					
	コーン焼売	小麦たんぱく・豆腐 大豆たんぱく・たら		小麦粉・パン粉 でんぶん・砂糖	豚脂		とうもろこし・たまねぎ	酒・みりん・塩	小麦・豚肉・大豆
	春雨の中華あえ			はるさめ・砂糖	ごま油	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
8 (水)	麻婆豆腐	豚肉・豆腐		砂糖・でんぶん	ごま油	にら	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
	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
	さけのハーブ焼き	さけ			オリーブ油	バジル	にんにく	白ワイン・塩・こしょう	さけ
	ポテトソテー	まぐろ油漬		じゃがいも		赤ピーマン・パセリ	たまねぎ・とうもろこし	塩・こしょう・コンソメ	大豆
9 (木)	野菜スープ	ウインナー				にんじん・トマト かぼちゃ	キャベツ・枝豆	スープストック・塩 こしょう	豚肉・大豆
	麦ごはん			米・大麦					
	豚肉の生姜焼き	豚肉		三温糖			しょうが・りんご レモン	白ワイン・しょうゆ	豚肉・りんご
	切り干し大根と 大豆ミートの炒め煮	大豆		砂糖	なたね油	にんじん・こまつな	切り干し大根 しいたけ	酒・しょうゆ・和風だし みりん	大豆
10 (金)	キャベツのみそ汁	油あげ・かつお節	わかめ・いわし節			にんじん	キャベツ・えのきたけ ねぎ	麦みそ・白こごじみそ	大豆
	ソフトめん			小麦粉				塩	小麦
	きびなごフライ		きびなご	米粉・じゃがいも コーンスターチ	なたね油・大豆油 米油・パーム油		しょうが	発酵調味料・塩 イースト	大豆
	きゅうりのサラダ			砂糖	なたね油	にんじん	きゅうり・キャベツ とうもろこし・レモン たまねぎ	薄口しょうゆ	
13 (月)	ナポリタンソース	豚肉・ウインナー 豆乳		中双糖・でんぶん	オリーブ油	にんじん・トマト ピーマン	にんにく・たまねぎ マッシュルーム	酒・スープストック・塩 ケチャップ・ハヤシルウ ウスターソース・こしょう	豚肉・小麦・大豆
	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
	牛丼の具	牛肉		こんにやく・三温糖		にんじん	たまねぎ・ごぼう	酒・しょうゆ・和風だし みりん	牛肉
14 (火)	豆腐と手巻麩の すまし汁	豆腐・かつお節		麩			しいたけ・だいこん ねぎ	薄口しょうゆ・塩	小麦・大豆
	鶏ごぼうごはん	鶏肉・油あげ		米・こんにやく 中双糖	なたね油		しいたけ・ごぼう 枝豆	酒・薄口しょうゆ みりん・和風だし	鶏肉・大豆
	さわらの香り焼き	さわら				グリーンねぎ	しょうが	薄口しょうゆ・酒・みりん	
	キャベツのおかかあえ	花かつお				にんじん・ほうれんそう	キャベツ	しょうゆ	
かきたま汁	かまぼこ・卵 かつお節		でんぶん		にんじん	たまねぎ・たけのこ ねぎ	薄口しょうゆ・塩	卵	

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			
	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 (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
	焼きウインナー	ウインナー							豚肉
	フルーツミックス						カクテルゼリー		もも・パイナップル みかん・りんご ナタデココ
	焼きそば	豚肉・花かつお	青のり		なたね油	にんじん	キャベツ 白しょうが漬	塩・こしょう 焼きそばソース スープストック	りんご・小麦・豚肉 大豆
16 (木)	はくはん			米					
	鶏肉の山賊焼き	鶏肉			大豆油			にんにく・しょうが	酒・しょうゆ・みりん
	きゅうりとわかめの ボン酢あえ	花かつお	わかめ			こまつな	きゅうり・とうもろこし	ボン酢	りんご・鶏肉・小麦 豚肉・大豆
	おおびら	厚揚げ・かつお節	昆布			こんにやく・里いも		にんじん	かんぴょう・ごぼう だいこん・しいたけ りんご
17 (金)	りんご								りんご
	麦ごはん(委託)			米・大麦					
	イカフリッター	大豆粉・いか		小麦粉・パン粉 でんぶん	なたね油・大豆油 パーム油			塩	いか・小麦・大豆
	コーンサラダ								とうもろこし・だいこん キャベツ・きゅうり
20 (月)	コーンクリームドレッシング				コーンクリームドレッシング				
	ポークカレー	豚肉・大豆・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	塩・こしょう・コンソメ ウスターソース カレールウ	りんご・豚肉・小麦 大豆
	はくはん			米					
	トンカツ	大豆粉・豚肉		パン粉・加工でんぶん でんぶん・ぶどう糖	植物油脂・大豆油			塩	小麦・豚肉・大豆
22 (水)	ソース							ソース	
	きゅうりの昆布あえ					にんじん	キャベツ・きゅうり	塩	小麦・大豆
	けんちん汁	鶏肉・油あげ・豆腐 かつお節				にんじん	ごぼう・れんこん だいこん・しいたけ ねぎ	酒・薄口しょうゆ・塩	鶏肉・大豆
	お祝いデザート	豆乳・大豆粉		砂糖・液糖・ぶどう糖 水あめ	植物油脂		いちご		大豆
23 (木)	黒食パン		脱脂粉乳	小麦粉・黒砂糖 砂糖・カラメル	ショートニング			塩・イースト	小麦・乳
	ハンバーグの トマトソース	豚肉・鶏肉		じゃがいも・でんぶん コーンスターチ 砂糖	豚脂	トマト	たまねぎ	塩・こしょう・ナツメグ ケチャップ ウスターソース	豚肉・鶏肉
	ほうれん草のソテー					オリーブ油	ほうれんそう・にんじん	キャベツ・とうもろこし	スープストック・塩 こしょう
	ポテトスープ	ベーコン		じゃがいも・マカロニ		にんじん・パセリ	たまねぎ・枝豆	スープストック・塩 こしょう	豚肉・小麦・大豆
23 (木)	はくはん			米					
	鶏肉の唐揚げ	鶏肉		砂糖・でんぶん	大豆油		にんにく・しょうが	酒・豆みそ・しょうゆ コチュジャン	鶏肉・大豆
	韓国風肉じゃが	豚肉・花かつお		じゃがいも・砂糖	なたね油・ごま油・ごま	にんじん・さやいんげん	にんにく・たまねぎ	酒・しょうゆ コチュジャン	豚肉・大豆・ごま
	わかめのスープ	豆腐	わかめ			にんじん	ねぎ	酒・中華だし・塩・こしょう 鶏腸湯・薄口しょうゆ	豚肉・大豆・鶏肉

※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・白こごじみそ・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。 ★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。
 ●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。 ★学校給食献立表は、海津市のホームページ
 ●食品の分け方を知りたいとき。 <<くらしのガイド→子育て→認定こども園→給食献立表>>からもご覧いただけます。