

令和5年度 5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 くるみ 卵 乳 落花生 他20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			
		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 (月)	はくはん ししゃものお茶天ぷら 大根とツナの煮物 トマトと チンゲン菜のみそ汁		ししゃも	米 小麦粉・でんぷん 砂糖	大豆油 なたね油	茶 さやいんげん	だいこん もやし・しいたけ	酒・しょうゆ 白こじみそ 鶏がらスープ	小麦・大豆 鶏肉
2 (火)	たけのこごはん おろしハンバーグ 春野菜のナッツあえ わかめと 豆腐のすましじる かしわもち	鶏肉・油あげ		米・砂糖 じゃがいも・でんぷん コーンスターチ・砂糖 中双糖	なたね油 豚脂	にんじん たまねぎ・だいこん	たけのこ 塩・こしょう・ナツメグ 薄口しょうゆ・みりん	鶏肉・大豆 豚肉・鶏肉 薄口しょうゆ	
8 (月)	麦ごはん さつまいもチップス 豆腐そぼろ丼の具 具だくさん汁			米・大麦 さつまいも 砂糖	大豆油 なたね油		しょうが・枝豆 酒・しょうゆ	塩 酒・しょうゆ 薄口しょうゆ・塩	大豆 鶏肉・大豆 大豆
9 (火)	麦ごはん さばのカレー焼き たけのこのきんぴら 玉ねぎのみそしる		さば	米・大麦			しょうが 酒・カレー粉・塩 しょうゆ	さば 酒・しょうゆ・和風だし 酒・しょうゆ・みりん	さば 豚肉
10 (水)	黒食パン 白身魚の甘酢ソース ビーンズサラダ ごまドレッシング 青菜と ポテトのスープ		脱脂粉乳	小麦粉・黒砂糖・砂糖 カラメル でんぷん・砂糖	大豆油	ショートニング		塩・イースト 酒・米酢・しょうゆ	小麦・乳 大豆
11 (木)	麦ごはん 豚肉のみそ焼き 切り干し大根のあえ物 ふのすまし汁			米・大麦			しょうが・にんにく 酒・みりん・しょうゆ 豆みそ	豚肉・大豆 しょうゆ・米酢・塩 しょうゆ・米酢・塩	豚肉・大豆 ごま
12 (金)	ソフトめん 大豆と小魚の 揚げがらめ ポテトソテー 山吹ソース	大豆	かたくちいわし	小麦粉 でんぷん・砂糖 水あめ じゃがいも	大豆油			塩 塩・しょうゆ・みりん 酒 コンソメ・塩・こしょう	小麦 大豆 豚肉・小麦・大豆
15 (月)	麦ごはん 厚揚げのあんかけ 豚肉とキャベツの 炒め物 なめこ汁			米・大麦 でんぷん			しょうが・ねぎ しょうが・たまねぎ キャベツ	薄口しょうゆ・みりん 酒・鶏がらスープ・塩 しょうゆ 豆みそ	大豆 豚肉・鶏肉 大豆
16 (火)	わかめごはん きびなごからあげ 五目豆 沢煮わん		わかめ	米・大麦・砂糖 でんぷん こんにやく・砂糖	大豆油 なたね油			塩 塩 和風だし・しょうゆ みりん	大豆 大豆 豚肉
17 (水)	米粉食パン ツナオムレツ こんにやくサラダ 青じそドレッシング クリームスープ		脱脂粉乳	小麦粉・米粉・砂糖 コーンスターチ・砂糖	大豆油	ショートニング		塩・イースト 鶏がらスープ・りんご酢 塩・しょうゆ・こしょう	小麦・乳 卵・鶏肉・大豆 小麦・ごま・りんご
29 (月)	麦ごはん とりのからあげ 青菜の炒め物 たぬき汁			米・大麦 でんぷん				塩・イースト 植物油脂・大豆油 こんにやく・里いも	小麦・乳 卵・鶏肉・大豆 小麦・ごま・りんご
30 (火)	麦ごはん あじのしょうが焼き しそかつお和え キャベツと あつあげのみそ汁			米・大麦 でんぷん			しょうが 花かつお 厚揚げ・かつお節	薄口しょうゆ・みりん 酒・鶏がらスープ・塩 しょうゆ 豆みそ	大豆 豚肉・小麦・乳 大豆
31 (水)	小型パン かぼちゃコロッケ フルーツミックス 焼きそば			小麦粉・砂糖 小麦粉・パン粉 じゃがいも・でんぷん 砂糖	大豆油	ショートニング 植物油脂・大豆油	かぼちゃ	塩・イースト 塩 みかん・バインアップル もも・りんご 塩・焼きそばソース こしょう・スーパーストック	小麦・乳 小麦・大豆 もも・りんご・大豆 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 8品目: えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・落花生(ピーナッツ)
 任意表示20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・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
 * スーパーストック・・・大豆・豚肉・鶏肉
 * みそ(豆みそ・白こじみそ・麦みそ・西京みそ)・・・大豆
 * 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せん。
- 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。

※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 くるみ 卵 落花生 他20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			
		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		
18 (木)	麦ごはん 鶏肉のこうじ焼き ひじきの炒め煮 じゃがいものみそ汁			米・大麦				しょうが・にんにく 酒・薄口しょうゆ 塩こうじ にんじん 枝豆 酒・和風だし・しょうゆ みりん たまねぎ・キャベツ ねぎ	鶏肉 大豆 大豆 大豆
19 (金)	麦ごはん(委託) かつおのトマトあんからめ きゅうりの昆布あえ なすの郡上みそ汁 お茶ふりかけ			米・大麦 でんぷん・砂糖	大豆油	トマト	しょうが きゅうり・キャベツ なす・だいこん えのきたけ・ねぎ	酒・しょうゆ・米酢 塩 白こじみそ・郡上みそ しょうゆ・塩	大豆 小麦・大豆 大豆 小麦・乳・ごま 大豆
22 (月)	麦ごはん いかフリッター 大根サラダ ポークカレー			米・大麦 小麦粉 コーンスターチ	なたね油 大豆油			塩・ベーキングパウダー 塩 にんじん だいこん・きゅうり とうもろこし じゃがいも なたね油 にんじん	いか・小麦・大豆 しょうゆ・米酢・塩 しょうゆ・米酢・塩 りんご・豚肉・小麦 大豆
23 (火)	はくはん みそポテト こまつなともやしの ごま酢和え つみっこ			米 じゃがいも・でんぷん 砂糖 砂糖 ごま	大豆油			白こじみそ・豆みそ みりん・酒 米酢・しょうゆ 鶏がらスープ にんじん しいたけ・ねぎ	大豆 鶏肉・ごま 大豆 小麦・鶏肉・大豆
24 (水)	丸パン チキンカツ ケチャップ コーンキャベツ トマトと大豆のスープ			小麦粉・砂糖 小麦粉・パン粉	ショートニング 大豆油			塩・イースト 塩・こしょう ケチャップ にんじん・ほうれんそう キャベツ・とうもろこし にんにく・たまねぎ	小麦・乳 小麦・鶏肉・大豆 小麦・鶏肉・大豆 鶏肉・小麦・大豆 鶏肉・豚肉・小麦 大豆
25 (木)	麦ごはん さわらの香味焼き じゃがいものそぼろ煮 切り干し大根のみそ汁			米・大麦 砂糖				しょうが・ねぎ たまねぎ 酒・和風だし・しょうゆ みりん 切り干し大根 えのきたけ・ねぎ	しょうゆ・酒・みりん 豚肉 大豆
26 (金)	麦ごはん 小籠包 魯肉飯の具 春雨と卵のスープ 日向夏ゼリー			米・大麦 小麦粉・でんぷん はるさめ・砂糖	ごま油・植物油脂 ショートニング・豚脂 加工油脂			キャベツ・しょうが たけのこ・たまねぎ しいたけ にんにく・しょうが たけのこ・たまねぎ しいたけ・ねぎ 大豆油 チンゲンサイ だいこん	発酵調味料・塩 しょうゆ・こしょう かきエキス 酒・オイスターソース しょうゆ・米酢 鶏がらスープ・八角 発酵調味料・塩 中華だし・鶏がらスープ 薄口しょうゆ・こしょう
29 (月)	麦ごはん とりのからあげ 青菜の炒め物 たぬき汁			米・大麦 でんぷん	大豆油			しょうが たまねぎ・キャベツ しょうゆ・塩 鶏がらスープ 白こじみそ・しょうゆ	鶏肉・大豆 豚肉・鶏肉 大豆 鶏肉
30 (火)	麦ごはん あじのしょうが焼き しそかつお和え キャベツと あつあげのみそ汁			米・大麦 でんぷん				しょうが だいこん・きゅうり キャベツ・たまねぎ えのきたけ・ねぎ	酒・薄口しょうゆ・塩 塩 白こじみそ 大豆
31 (水)	小型パン かぼちゃコロッケ フルーツミックス 焼きそば			小麦粉・砂糖 小麦粉・パン粉 じゃがいも・でんぷん 砂糖	大豆油	ショートニング 植物油脂・大豆油	かぼちゃ	塩・イースト 塩 みかん・バインアップル もも・りんご 塩・焼きそばソース こしょう・スーパーストック	小麦・乳 小麦・大豆 もも・りんご・大豆 りんご・小麦・豚肉 大豆

- ★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。