

令和5年度 9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		ビタミン			
	5大栄養素	たんぱく質	無機質	炭水化物	脂質	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	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 (金)	麦ごはん			米・大麦						
	ミートボールの 南濃みかんソース	大豆たんぱく・鶏肉		でんぶん・水あめ 砂糖	大豆油・チキンオイル		キャベツ・たまねぎ みかん・レモン	塩・こしょう・米酢 しょうゆ		鶏肉・大豆
	大根サラダ			砂糖	なたね油	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		
4 (月)	夏野菜カレー	豚肉・豆乳			なたね油	トマト・かぼちゃ 甘長ピーマン	しょうが・にんにく たまねぎ・なす・りんご	酒・スープストック ノンアレルギーカレールウ ウスターソース・塩 ケチャップ・ローレル		豚肉・りんご・大豆
	麦ごはん			米・大麦						
	しゅうまい	豚肉		小麦粉・パン粉 でんぶん・砂糖 水あめ			しょうが・たまねぎ	塩・こしょう		小麦・豚肉
5 (火)	ピビンパの具	牛肉・豚肉		砂糖	ごま油・ごま	にんじん・ほうれんそう	にんにく・しょうが しいたけ・大豆もやし	豆板醤・酒・しょうゆ		牛肉・ごま・豚肉 大豆
	オクラと春雨のスープ			はるさめ		オクラ	だいこん・キャベツ	中華だし・鶏がらスープ 薄口しょうゆ・塩・こしょう		鶏肉
	冷凍南濃みかん						みかん			
6 (水)	はくはん			米						
	あじの南蛮づけ	あじ		でんぶん・砂糖	大豆油	にんじん・パセリ	たまねぎ	しょうゆ・米酢		大豆
	モロヘイヤのおひたし	花かつお				モロヘイヤ・にんじん	キャベツ	しょうゆ		
7 (木)	トマトと じゃがいものみそ汁	油あげ		じゃがいも		トマト・チンゲンサイ	たまねぎ	白ごうじみそ 鶏がらスープ		大豆・鶏肉
	食パン		脱脂粉乳	小麦粉・砂糖	ショートニング		たまねぎ	塩・イースト		小麦・乳
	メンチカツ	大豆たんぱく・豚肉		小麦粉・パン粉 でんぶん・砂糖 コーンスターチ	なたね油・大豆油			塩・こしょう・ナツメグ		小麦・豚肉・大豆
8 (金)	ケチャップ							ケチャップ		
	ポテトソテー	ベーコン		じゃがいも	なたね油	にんじん	たまねぎ・グリーンピース	コンソメ・塩・こしょう		豚肉
	レタススープ	かまぼこ					たまねぎ・しめじ レタス	スープストック コンソメ・塩・こしょう		
9 (土)	麦ごはん			米・大麦						
	豚肉の梅だれ	豚肉		砂糖			レモン	酒・塩・梅びしお しょうゆ		豚肉・りんご
	きゅうりのしょうが和え					にんじん	きゅうり・キャベツ しょうが	しょうゆ・みりん		
10 (日)	なすのみそ汁	油あげ・かつお節	いわし節				なす・たまねぎ えのきたけ・ねぎ	白ごうじみそ		大豆
	ソフトめん			小麦粉				塩		小麦
	いかのパセリ揚げ	いか		でんぶん	大豆油	パセリ		酒・塩		いか・大豆
11 (月)	フルーツナタデココ						みかん・パインアップル もも・りんご・ナタデココ			もも・りんご
	カレーソース	豚肉・牛肉・豆乳			なたね油	にんじん	にんにく・たまねぎ マッシュルーム・りんご グリーンピース	ローレル・ケチャップ スープストック・塩 ノンアレルギーカレールウ ウスターソース		りんご・牛肉・豚肉 大豆
	梅わかめごはん		わかめ	米・大麦・砂糖 ぶどう糖・でんぶん			梅	塩・昆布だし		
12 (火)	焼きししゃも		ししゃも							
	切り干し大根の ピリ辛炒め	豚肉		砂糖	ごま油・ごま	にんじん・こまつな	にんにく・切り干し大根 しいたけ	酒・しょうゆ・豆板醤		豚肉・ごま
	豆乳汁	鶏肉・豆腐・油あげ かつお節・豆乳		こんにやく		にんじん	キャベツ・しめじ・ねぎ	酒・薄口しょうゆ・塩		鶏肉・大豆
13 (水)	麦ごはん			米・大麦						
	さばの竜田揚げ	さば		でんぶん	大豆油		しょうが	しょうゆ・酒・塩		さば・大豆
	じゃがいものきんぴら	はんぺん		こんにやく・じゃがいも 砂糖	なたね油	にんじん・ピーマン		しょうゆ・みりん 和風だし		
14 (木)	なめこ汁	豆腐・かつお節	わかめ・いわし節				なめこ・だいこん	豆みそ		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
	青菜オムレツ	卵		でんぶん・砂糖	なたね油	ほうれんそう		塩・しょうゆ・穀物酢		卵・小麦・大豆
15 (金)	ビーンズサラダ	金時豆・大豆 白いんげん豆					枝豆・とうもろこし キャベツ・きゅうり			大豆
	ごまドレッシング				ごまドレッシング					小麦・大豆・ごま
	トマトカレースープ	ベーコン		じゃがいも	なたね油	にんじん・トマト	にんにく・たまねぎ グリーンピース	ガラムマサラ・こしょう ノンアレルギーカレールウ スープストック・塩 ウスターソース		豚肉

※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 8品目: えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・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

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・白ごうじみそ・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せん。
 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。

※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 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		ビタミン					
	5大栄養素	たんぱく質	無機質	炭水化物	脂質	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	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					
14 (木)	麦ごはん			米・大麦								
	鶏肉のねぎ塩焼き	鶏肉					ねぎ	塩・塩こじ		鶏肉		
	ひじきの炒め煮	豚肉	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		豚肉・大豆		
15 (金)	かぼちゃのみそ汁	油あげ・かつお節	いわし節				かぼちゃ	えのきたけ・キャベツ ねぎ		大豆		
	麦ごはん(委託)			米・大麦								
	高野豆腐と 小魚の揚げがらめ	高野豆腐	かたくちいわし	でんぶん・砂糖 水あめ	大豆油			塩・しょうゆ・みりん 酒		大豆		
16 (土)	豚キムチどんの具	豚肉		三温糖	ごま油	にんじん	にんにく・しょうが たまねぎ・ねぎ はくさいキムチ	酒・しょうゆ 鶏がらスープ		ごま・鶏肉・豚肉 大豆		
	冬瓜スープ			はるさめ		チンゲンサイ	とうがんとだいこん	鶏がらスープ・中華だし 薄口しょうゆ・塩		鶏肉		
	麦ごはん			米・大麦								
17 (日)	さんが焼きの トマトだれ	あじ・たら					パン粉・でんぶん 砂糖	豚脂	にんじん・トマト	ごぼう・しょうが たけのこ・たまねぎ ねぎ	白ごうじみそ・塩 しょうゆ・米酢	小麦・豚肉・大豆
	南濃みかん風味の 甘酢和え						砂糖	なたね油		きゅうり・だいこん キャベツ・とうもろこし みかん・レモン	薄口しょうゆ・米酢・塩	
	豚汁	豚肉・油あげ かつお節	いわし節	こんにやく		にんじん	とうがんとしいたけ ねぎ	酒・豆みそ 白ごうじみそ		豚肉・大豆		
18 (月)	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		
	揚げぎょうざ	小麦たんぱく・豚肉		小麦粉・でんぶん 砂糖	豚脂・大豆油 香味油	にら	キャベツ・しょうが たまねぎ	塩・しょうゆ		小麦・豚肉・大豆		
	フルーツミックス			カクテルゼリー			みかん・パインアップル もも・りんご			もも・りんご・大豆		
19 (火)	塩焼きそば	豚肉		中華めん	なたね油	にんじん	しょうが・ねぎ 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		
	はくはん			米								
	白身魚のレモンだれ	ほき		でんぶん・砂糖	大豆油		レモン	酒・しょうゆ		大豆		
20 (水)	かぼちゃのそぼろ煮	鶏肉		砂糖	なたね油		しょうが	酒・しょうゆ		鶏肉		
	五目みそ汁	油あげ・かつお節	いわし節			にんじん	だいこん・ごぼう えのきたけ・ねぎ	白ごうじみそ・豆みそ		大豆		
	かやくごはん	鶏肉・油あげ		米・こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん	ごぼう・しいたけ	酒・和風だし・しょうゆ みりん		鶏肉・大豆		
21 (木)	お好み焼き	豚肉・小麦たんぱく 大豆たんぱく		小麦粉・米粉・砂糖 小麦でん粉・ぶどう糖 コーンスターチ	ごめ油		キャベツ	塩・かつおだし お好み焼きソース		もも・りんご・鶏肉 小麦・豚肉・大豆		
	野菜のごま酢和え			砂糖	ごま		きゅうり・なす キャベツ	米酢・鶏がらスープ 薄口しょうゆ		鶏肉・ごま		
	肉吸い	牛肉・豆腐 かつお節		砂糖	なたね油		たまねぎ・ねぎ	しょうゆ・みりん 薄口しょうゆ・塩		牛肉・大豆		
22 (金)	麦ごはん			米・大麦								
	豚肉のあんからめ	豚肉		でんぶん・砂糖	大豆油		しょうが	酒・しょうゆ ウスターソース ケチャップ・中華だし		豚肉・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				
23 (土)	わかめと豆腐の みそ汁	豆腐・かつお節	わかめ・いわし節				だいこん・えのきたけ	豆みそ		大豆		
	麦ごはん			米・大麦								
	ちくわのカレー揚げ	ちくわ		小麦粉	大豆油			カレー粉		小麦・大豆		
24 (日)	変わりそばの具	豚肉・高野豆腐		砂糖	なたね油		しょうが・とうもろこし 枝豆	酒・和風だし・しょうゆ みりん		豚肉・大豆		
	冬瓜と青菜のすまし汁	かつお節		麩		チンゲンサイ	とうがんとだいこん えのきたけ	薄口しょうゆ・塩		小麦		
	黒食パン		脱脂粉乳	小麦粉・黒砂糖 カラメル・砂糖	ショートニング			塩・イースト		小麦・乳		
25 (月)	ハーブ焼きウインナー	ウインナー							バジル	豚肉		
	大豆とじゃがいもの ケチャップ煮	豚肉・大豆		じゃがいも・砂糖	なたね油	にんじん・トマト	たまねぎ・キャベツ	酒・ケチャップ・こしょう ウスターソース・塩 スープストック		豚肉・大豆		
	かぼちゃスープ		牛乳		なたね油	かぼちゃ・パセリ	たまねぎ	スープストック・塩 こしょう・ホワイトルウ		小麦・豚肉・乳		
26 (火)	麦ごはん			米・大麦								
	さんまの煮つけ	かつお節・さんま		砂糖				みりん・しょうゆ 昆布エキス		小麦・大豆		
	豚肉とキャベツの 炒め物	豚肉		ビーフン	なたね油	にんじん・チンゲンサイ	キャベツ・もやし	酒・鶏がらスープ・塩 こしょう・しょうゆ		豚肉・鶏肉		
27 (水)	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	白ごうじみそ		大豆		
	ひじきごはん	かつお粉	しらす干し・ひじき	米・大麦・でんぶん 砂糖		だいこん葉・広島葉 京菜		塩・しょうゆ・昆布だし		小麦・大豆		
	十五夜ハンバーグ	豚肉・鶏肉 大豆たんぱく		砂糖・でんぶん ぶどう糖	豚脂	トマト	たまねぎ・しょうが にんにく・ねぎ	塩・しょうゆ・みりん		鶏肉・豚肉・大豆		
28 (木)	さといもと大根のツナ煮			里いも・砂糖			だいこん	酒・しょうゆ		大豆		
	お月見汁	かつお節		すいとん		にんじん・こまつな	たけのこ・しいたけ	薄口しょうゆ・塩		小麦		
	麦ごはん			米・大麦								
29 (金)	さんまの煮つけ	かつお節・さんま		砂糖				みりん・しょうゆ 昆布エキス		小麦・大豆		
	豚肉とキャベツの 炒め物	豚肉		ビーフン	なたね油	にんじん・チンゲンサイ	キャベツ・もやし	酒・鶏がらスープ・塩 こしょう・しょうゆ		豚肉・鶏肉		
	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	白ごうじみそ		大豆		
30 (土)	ひじきごはん	かつお粉	しらす干し・ひじき	米・大麦・でんぶん 砂糖		だいこん葉・広島葉 京菜		塩・しょうゆ・昆布だし		小麦・大豆		
	十五夜ハンバーグ	豚肉・鶏肉 大豆たんぱく		砂糖・でんぶん ぶどう糖	豚脂	トマト	たまねぎ・しょうが にんにく・ねぎ	塩・しょうゆ・みりん		鶏肉・豚肉・大豆		
	さといもと大根のツナ煮			里いも・砂糖			だいこん	酒・しょうゆ		大豆		
31 (日)	お月見汁	かつお節		すいとん		にんじん・こまつな	たけのこ・しいたけ	薄口しょうゆ・塩		小麦		

★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>からもご覧いただけます。