

令和5年度 12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 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					
		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 (金)	麦ごはん 豚肉のきのこソース きゅうりと 切り干しのあえ物 なすのみそ汁			米・大麦 砂糖			しいたけ・えのきたけ たまねぎ 切り干し大根・きゅうり とうもろこし なす・たまねぎ・ねぎ	酒・塩・こしょう しょうゆ・米酢 しょうゆ・米酢・塩 白こじみそ	豚肉 大豆		
4 (月)	麦ごはん さばのみそかけ たくあんあえ つくね汁			米・大麦 砂糖	ごま	にんじん	キャベツ・きゅうり たくあん漬 たまねぎ・ごぼう しいたけ・白菜・ねぎ	豆みそ・酒・みりん 薄口しょうゆ・塩 発酵調味料・塩 薄口しょうゆ	さば ごま 鶏肉・小麦・大豆		
5 (火)	わかめごはん 肉じゃがコロッケ ひじきとツナの煮物 豆腐のすまし汁		わかめ	米・大麦・砂糖				塩 塩・しょうゆ・こしょう	小麦・豚肉・大豆 大豆 大豆		
6 (水)	食パン とり肉のからあげ ポテトと青菜のソテー コーンスープ		脱脂粉乳	小麦粉・砂糖	ショートニング			塩・イースト 酒・しょうゆ コンソメ・塩・こしょう	小麦・乳 鶏肉・大豆 小麦・豚肉・乳 大豆		
7 (木)	麦ごはん 焼きほっけ ほうれん草のおひたし 根菜みそ汁			米・大麦				塩 薄口しょうゆ 酒・みりん 白こじみそ	小麦・乳 大豆 豚肉・大豆		
8 (金)	ソフトめん 高野豆腐と小魚の 揚げがらめ 寒天サラダ 青じそドレッシング 肉みそソース		かたくちいわし	小麦粉 でんぶん・水あめ 砂糖	大豆油			塩 塩・しょうゆ・みりん 酒 青じそドレッシング	小麦 大豆 小麦・大豆 豚肉		
11 (月)	麦ごはん れんこんチップス キャベツのナッツサラダ ポークカレー			米・大麦	大豆油	にんじん	れんこん キャベツ・きゅうり とうもろこし にんにく・しょうが たまねぎ・りんご	塩 しょうゆ・米酢・塩 酒・ケチャップ・こしょう ウスターソース・塩 ノンアレルギーカレールウ ローレル・スープストック	大豆 アーモンド 豚肉・りんご・大豆		
12 (火)	麦ごはん さわらの香味焼き みそ煮 けんちん汁			米・大麦				塩 酒・みりん・しょうゆ 和風だし・みりん 豆みそ	大豆 大豆 鶏肉・大豆		
13 (水)	米粉食パン ツナオムレツ ジャーマンポテト 冬野菜シチュー		脱脂粉乳	小麦粉・米粉・砂糖	ショートニング			塩・イースト 穀物酢・塩・こしょう 塩・こしょう	小麦・乳 豚肉 鶏肉・小麦・乳 豚肉		
14 (木)	はくはん せいだのたまじ (じゃがいもの甘みそ) 鶏肉とこんにゃくの煮物 ほうとう			米				じゃがいも・砂糖 大豆油 こんにゃく・砂糖 なたね油 平打ちめん	大豆 白こじみそ・豆みそ みりん 酒・和風だし・しょうゆ みりん 白こじみそ 鶏がらスープ・塩	大豆 鶏肉・大豆 小麦・大豆・鶏肉	
15 (金)	麦ごはん(委託) 揚げぎょうざ 中華丼の具 春雨のスープ			米・大麦				米 小麦粉・でんぶん 水あめ・砂糖 でんぶん なたね油 はるさめ	さば ごま 鶏肉・小麦・大豆 鶏肉・大豆 茶 鶏肉 鶏肉		
18 (月)	麦ごはん ししゃものお茶あげ 赤しそ和え 肉豆腐			米・大麦				小麦粉・でんぶん 砂糖 しらす・砂糖 なたね油	大豆油 茶 にんじん・赤しそ だいたいこん・きゅうり 塩 酒・和風だし・みりん しょうゆ・塩	小麦・大豆 大豆 豚肉・大豆	
19 (火)	麦ごはん ハンバーグの 海津トマトだれ なばなときゅうりの ごまあえ さといもと しいたけのみそ汁			米・大麦				米 砂糖・ぶどう糖 でんぶん 砂糖 ごま 油あげ 里いも	豚脂 トマト しょうが・たまねぎ にんにく きゅうり・キャベツ チンゲンサイ しいたけ・もやし	鶏肉・豚肉・大豆 鶏肉・大豆 ごま しょうゆ・みりん 大豆・鶏肉	
20 (水)	黒食パン さつまいもチップス キャベツソテー ピーンズシチュー		脱脂粉乳	小麦粉・黒砂糖 カラメル・砂糖	ショートニング			小麦粉・黒砂糖 カラメル・砂糖 さつまいも なたね油 鶏肉・大豆 牛乳	小麦・乳 大豆 大豆油 塩 ほうれん草 キャベツ・とうもろこし にんじん だいたいこん・たまねぎ マッシュルーム	小麦・乳 大豆 大豆 鶏肉・小麦・豚肉 大豆・乳	
21 (木)	麦ごはん いかのあんからめ れんこんのみそきんぴら 白菜鍋			米・大麦				米 でんぶん・砂糖 大豆油 なたね油・ごま にんじん・さやいんげん れんこん 小麦たんぱく 大豆たんぱく・鶏肉 豆腐・かつお節	大豆油 大豆油 にんじん・春菊 たまねぎ・白菜 えのきたけ・ねぎ 酒・ウスターソース・中華だし 塩 和風だし・しょうゆ 豆みそ・みりん 発酵調味料・塩 薄口しょうゆ	いか・大豆 ごま 鶏肉・小麦・大豆	
22 (金)	はくはん 厚揚げのゆずみそかけ かぼちゃのそぼろ煮 みぞれ汁			米				米 砂糖 砂糖 こんにゃく なたね油 かまぼこ	ゆず しょうが にんじん だいたいこん・なめこ・ねぎ 薄口しょうゆ・塩	大豆 豚肉 大豆	
25 (月)	カラフルピラフ ハーブ焼きチキン 花野菜サラダ オニオンドレッシング ポテトスープ お楽しみデザート			米・大麦・砂糖				ウインナー 鶏肉 鶏肉 オニオンドレッシング かまぼこ 豆乳	なたね油 トマト・にんじん バジル ブロッコリー 黄ピーマン・赤ピーマン にんじん・チンゲンサイ たまねぎ 水あめ・砂糖 ぶどう糖果糖液糖 植物油脂	鶏肉 鶏肉 鶏肉 鶏肉 鶏肉 いちご	鶏肉 鶏肉 鶏肉 りんご・鶏肉 小麦・大豆 鶏肉・小麦・大豆 大豆
26 (火)	麦ごはん ちくわの磯辺揚げ もやしのおかか和え すきやき風煮			米・大麦				米 小麦粉・でんぶん 大豆油 こんにゃく・三温糖 なたね油 かまぼこ	大豆油 ごまつな もやし・だいたいこん 薄口しょうゆ 酒・みりん・しょうゆ 和風だし	小麦・大豆 大豆 豚肉・大豆	

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					
		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				
14 (木)	はくはん せいだのたまじ (じゃがいもの甘みそ) 鶏肉とこんにゃくの煮物 ほうとう			米				じゃがいも・砂糖 大豆油 こんにゃく・砂糖 なたね油 平打ちめん	大豆 白こじみそ・豆みそ みりん 酒・和風だし・しょうゆ みりん 白こじみそ 鶏がらスープ・塩	大豆 鶏肉・大豆 小麦・大豆・鶏肉	
15 (金)	麦ごはん(委託) 揚げぎょうざ 中華丼の具 春雨のスープ			米・大麦				米 小麦粉・でんぶん 水あめ・砂糖 でんぶん なたね油 はるさめ	さば ごま 鶏肉・小麦・大豆 鶏肉 茶 鶏肉	小麦・豚肉・大豆 鶏肉 鶏肉	
18 (月)	麦ごはん ししゃものお茶あげ 赤しそ和え 肉豆腐			米・大麦				小麦粉・でんぶん 砂糖 しらす・砂糖 なたね油	大豆油 茶 にんじん・赤しそ だいたいこん・きゅうり 塩 酒・和風だし・みりん しょうゆ・塩	小麦・大豆 大豆 豚肉・大豆	
19 (火)	麦ごはん ハンバーグの 海津トマトだれ なばなときゅうりの ごまあえ さといもと しいたけのみそ汁			米・大麦				米 砂糖・ぶどう糖 でんぶん 砂糖 ごま 油あげ 里いも	豚脂 トマト しょうが・たまねぎ にんにく きゅうり・キャベツ チンゲンサイ しいたけ・もやし	鶏肉・豚肉・大豆 鶏肉・大豆 ごま しょうゆ・みりん 大豆・鶏肉	
20 (水)	黒食パン さつまいもチップス キャベツソテー ピーンズシチュー		脱脂粉乳	小麦粉・黒砂糖 カラメル・砂糖	ショートニング			小麦粉・黒砂糖 カラメル・砂糖 さつまいも なたね油 鶏肉・大豆 牛乳	小麦・乳 大豆 大豆油 塩 ほうれん草 キャベツ・とうもろこし にんじん だいたいこん・たまねぎ マッシュルーム	小麦・乳 大豆 大豆 鶏肉・小麦・豚肉 大豆・乳	
21 (木)	麦ごはん いかのあんからめ れんこんのみそきんぴら 白菜鍋			米・大麦				米 でんぶん・砂糖 大豆油 なたね油・ごま にんじん・さやいんげん れんこん 小麦たんぱく 大豆たんぱく・鶏肉 豆腐・かつお節	大豆油 大豆油 にんじん・春菊 たまねぎ・白菜 えのきたけ・ねぎ 酒・ウスターソース・中華だし 塩 和風だし・しょうゆ 豆みそ・みりん 発酵調味料・塩 薄口しょうゆ	いか・大豆 ごま 鶏肉・小麦・大豆	
22 (金)	はくはん 厚揚げのゆずみそかけ かぼちゃのそぼろ煮 みぞれ汁			米				米 砂糖 砂糖 こんにゃく なたね油 かまぼこ	ゆず しょうが にんじん だいたいこん・なめこ・ねぎ 薄口しょうゆ・塩	大豆 豚肉 大豆	
25 (月)	カラフルピラフ ハーブ焼きチキン 花野菜サラダ オニオンドレッシング ポテトスープ お楽しみデザート			米・大麦・砂糖				ウインナー 鶏肉 鶏肉 オニオンドレッシング かまぼこ 豆乳	なたね油 トマト・にんじん バジル ブロッコリー 黄ピーマン・赤ピーマン にんじん・チンゲンサイ たまねぎ 水あめ・砂糖 ぶどう糖果糖液糖 植物油脂	鶏肉 鶏肉 鶏肉 鶏肉 鶏肉 いちご	鶏肉 鶏肉 鶏肉 りんご・鶏肉 小麦・大豆 鶏肉・小麦・大豆 大豆
26 (火)	麦ごはん ちくわの磯辺揚げ もやしのおかか和え すきやき風煮			米・大麦				米 小麦粉・でんぶん 大豆油 こんにゃく・三温糖 なたね油 かまぼこ	大豆油 ごまつな もやし・だいたいこん 薄口しょうゆ 酒・みりん・しょうゆ 和風だし	小麦・大豆 大豆 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・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

- 給食に関する詳しい食材・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。

- ★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。