

令和6年度 10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 (火)	ひじきごはん 白身魚のみかんソース きゅうりともやしの おかか和え 豆腐としいたけの すまし汁	ほき 花かつお 豆腐・かつお節	牛乳・海産・小魚 しらす・ひじき	米・小麦・でんぶ 砂糖	大豆油	だいこん・菜・広島菜 京菜	みかん・レモン きゅうり・もやし	塩・しょうゆ・昆布だし 薄口しょうゆ	小麦・大豆
2 (水)	食パン 焼きウインナー コーンキャベツ ポークビーンズ	ウインナー 脱脂粉乳	小麦粉・砂糖	ショートニング	なたね油	ほうれんそう	キャベツ・とうもろこし	塩・イースト	小麦・乳 豚肉 鶏肉・小麦・大豆
3 (木)	麦ごはん 春巻き 中華丼の具 わかめスープ	大豆粉・豚肉 豆腐・いか 豆腐	米・小麦 小麦粉・はるさめ 砂糖・水あめ でんぶ コーンフラワー	なたね油・豚脂 ショートニング 大豆油	にんじん	キャベツ・たまねぎ しいたけ・しょうが	塩・しょうゆ・こしょう ポークエキス	小麦・豚肉・大豆	
4 (金)	麦ごはん いわしの煮つけ 肉じゃが 大根のみそ汁	いわし 豚肉 豆腐・かつお節	米・小麦 砂糖・水あめ		しょうが	発酵調味料・しょうゆ 穀物酢・昆布だし	小麦・大豆		
7 (月)	麦ごはん とり肉のからあげ ひじきとツナの煮物 どさんこ汁	鶏肉 まぐろ油漬け 油あげ 豚肉・かつお節	米・小麦 でんぶ こんにやく・砂糖	大豆油	にんじん	にんにく・しょうが 枝豆	酒・しょうゆ しょうゆ・酒・和風だし	鶏肉・大豆 大豆	
8 (火)	麦ごはん ししやものカレー揚げ 五目きんぴら 里いものみそしる	ししやも はんぺん 油あげ・かつお節	米・小麦 でんぶ こんにやく・三温糖	大豆油	にんじん・さやいんげん	ごぼう	酒・しょうゆ・和風だし みりん	小麦・大豆 ごま	
9 (水)	米粉食パン 豆腐ハンバーグ トマトソース ポテトソース きのこ卵のスープ	脱脂粉乳 豆腐・大豆たんぱく 鶏肉 ベーコン 卵	小麦粉・米粉・砂糖	ショートニング	豚脂	トマト	たまねぎ みりん・塩・ケチャップ ウスターソース	小麦・乳 鶏肉・豚肉・大豆 大豆	
10 (木)	にんじんごはん いかのしょうが焼き ほうれん草のおひたし 玉ふのすましじる	鶏肉・油あげ いか 花かつお かつお節	米・小麦 砂糖	なたね油	にんじん	しいたけ	酒・しょうゆ・和風だし 塩	鶏肉・大豆	
11 (金)	ソフトめん さつまいもチップス こんにやくサラダ ツナトマトソース	小麦粉 さつまいも こんにやく・砂糖	小麦粉 さつまいも こんにやく・砂糖	大豆油	にんじん	きゅうり・とうもろこし だいこん	米酢・しょうゆ・塩	小麦 小麦 大豆	
15 (火)	麦ごはん オムレツ 大根サラダ ポークカレー	卵 豆腐・大豆たんぱく 鶏肉 豚肉・豆乳	米・小麦 でんぶ 砂糖	なたね油	にんじん	だいこん・きゅうり とうもろこし	塩・穀物酢 しょうゆ・米酢・塩	卵	
16 (水)	黒食パン 鶏肉の香味焼き 青菜のソテー コーンスープ	脱脂粉乳 鶏肉 ウインナー	小麦粉・砂糖・黒砂糖 カラメル	ショートニング	なたね油	ほうれんそう・こまつな にんじん	塩・イースト	小麦・乳 鶏肉	

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		
17 (木)	はくばん ちくわのみじ揚げ さといもといかの煮物 豆乳汁	ちくわ いか 鶏肉・油あげ 豆乳・かつお節	米 小麦粉・でんぶ 里いも・こんにやく 中双糖	大豆油	にんじん		カレー粉・パプリカ 酒・しょうゆ・みりん 和風だし 酒・薄口しょうゆ・塩	小麦・大豆 いか 鶏肉・大豆	
18 (金)	麦ごはん(委託) 豚肉のトマトあんからめ きゅうりの昆布あえ ベーめんみそ汁	豚肉 豆腐 油あげ	米・小麦 でんぶ 米糖	大豆油	トマト にんじん にんじん・こまつな	しょうが きゅうり・切り干し大根 キャベツ たけのこ・しいたけ	酒・しょうゆ・米酢 しょうゆ・みりん 白こじみそ 鶏がらスープ	豚肉・大豆 小麦・大豆 大豆・鶏肉	
21 (月)	麦ごはん さわらの竜田揚げ キャベツともやしの みそ炒め つくね汁	さわら 豚肉 えんどう豆たんぱく 豆腐・かつお節 鶏肉	米・小麦 でんぶ 砂糖	大豆油 なたね油	にんじん	しょうが キャベツ・もやし たけのこ たまねぎ・だいこん しいたけ・ねぎ	酒・鶏がらスープ 豆みそ 発酵調味料・塩 こしょう・薄口しょうゆ	大豆 豚肉・鶏肉 鶏肉・大豆	
22 (火)	麦ごはん さんまの塩焼き たくあんあえ さつまい	さんま			ごま にんじん	キャベツ・きゅうり たくあん漬け 白菜・ねぎ	塩 薄口しょうゆ・塩	ごま 鶏肉・大豆	
23 (水)	食パン とり肉のバセリ揚げ 根菜サラダ 米粉のクリームスープ	脱脂粉乳 鶏肉 砂糖	小麦粉・砂糖	ショートニング	バセリ・バジル にんじん	しょうが ごぼう・れんこん きゅうり・とうもろこし	塩・イースト 酒・しょうゆ 薄口しょうゆ・米酢・塩	小麦・乳 鶏肉・大豆	
24 (木)	秋味ごはん 厚焼き卵 切り干し大根の ごま酢和え 青菜のすまし汁	鶏肉・油あげ 卵 豆腐・かまぼこ かつお節	米・さつまいも・砂糖 なたね油	大豆油	にんじん	まいたけ・枝豆 薄口しょうゆ・みりん みりん・塩・しょうゆ 穀物酢 切り干し大根・きゅうり とうもろこし たけのこ	酒・和風だし 酒・しょうゆ・みりん 薄口しょうゆ 米酢・鶏がらスープ 薄口しょうゆ 薄口しょうゆ・塩	鶏肉・大豆 卵・小麦・大豆 鶏肉・ごま 大豆	
25 (金)	一食うどん 大学いも 厚揚げの煮物 野菜みそうどん	小麦粉 小麦たんぱく 鶏肉・厚揚げ はんぺん 豚肉・かつお節	小麦粉 さつまいも・砂糖 こんにやく・砂糖	大豆油 なたね油	にんじん	枝豆 白菜・たまねぎ・しめじ ねぎ	塩 しょうゆ・みりん・米酢 酒・しょうゆ・和風だし	小麦 大豆 鶏肉・大豆	
28 (月)	麦ごはん もみじおろし ハンバーグ おからの炒り煮 白菜のみそ汁	大豆たんぱく・豚肉 鶏肉 鶏肉・油あげ おから・豆乳 かつお節	米・小麦 砂糖・ぶどう糖 中双糖	豚脂	トマト・にんじん にんじん	しょうが・たまねぎ にんにく・だいこん ごぼう・ねぎ 白菜・たまねぎ えのきたけ	塩・こしょう 薄口しょうゆ・みりん 酒・和風だし・しょうゆ 塩 白こじみそ	鶏肉・豚肉・大豆 大豆・鶏肉	
29 (火)	はくばん 焼きそばのみそかけ 赤しそ和え きのこ汁	さば 砂糖 砂糖 鶏肉・油あげ かつお節	米 砂糖 砂糖		赤しそ にんじん	しいたけ しめじ・しいたけ えのきたけ・ねぎ	豆みそ・酒・みりん 塩	さば 鶏肉・大豆	
30 (水)	ナン 揚げぎょうざ カラフルポテト キーマカレー	小麦粉・砂糖 大豆粉・大豆たんぱく 豚肉 鶏肉・大豆 レンズ豆	小麦粉・砂糖 さつまいも・でんぶ 砂糖・水あめ じゃがいも	なたね油 ショートニング 大豆油・豚脂	にんじん	キャベツ・しょうが とうもろこし グリーンピース	塩・イースト 塩・しょうゆ・こしょう オイスターソース 塩・こしょう・コンソメ	小麦 小麦・豚肉・大豆	
31 (木)	麦ごはん かぼちゃコロッケ ミートライス マカロニスープ オレンジゼリー	米・小麦 小麦粉・パン粉 じゃがいも・でんぶ 砂糖 豚肉・鶏肉 ウインナー・かまぼこ	米・小麦 小麦粉・パン粉 じゃがいも・でんぶ 砂糖 米粉	なたね油 大豆油	かぼちゃ にんじん・バジル	たまねぎ しょうが・にんにく たまねぎ キャベツ・たまねぎ	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 ガラムマサラ・こしょう	鶏肉・大豆 鶏肉・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 * 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。

- ★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。