

令和6年度 11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とになる食品		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とになる食品			
		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 (金)	かきまわし	鶏肉・油あげ		米・大麦・こんにやく 中双糖	なたね油	にんじん	しいたけ・ごぼう・枝豆	酒・和風だし・しょうゆ みりん	鶏肉・大豆
	ししゃものいそべ揚げ		ししゃも・青のり	小麦粉・でんぷん	大豆油				小麦・大豆
	きゅうりともやしの 和え物	花かつお					きゅうり・もやし・白菜	薄口しょうゆ・和風だし みりん	
	ペーめん汁	かまぼこ・かつお節		米麺		にんじん・ほうれんそう	たけのこ	薄口しょうゆ・塩	
5 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	春巻き	大豆粉・豚肉		小麦粉・でんぷん はるさめ・水あめ 加工でんぷん・砂糖 コーンフラワー	豚脂・ショートニング 植物油脂・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
	ビビンバ	牛肉・豚肉		砂糖	なたね油	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	豚肉・牛肉・大豆
	ワンタンスープ			ワンタン		チンゲンサイ	たまねぎ・たけのこ キャベツ	鶏がらスープ・中華だし 薄口しょうゆ・塩・こしょう	小麦・鶏肉
6 (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
	ハンバーグの デミグラスソースかけ	大豆たんぱく・鶏肉		じゃがいも・砂糖 加工でんぷん	豚脂		たまねぎ マッシュルーム	赤ワイン・ケチャップ 塩・ウスターソース デミグラスソース	鶏肉・豚肉・小麦 大豆
	ほうれん草と キャベツのソテー				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	
	根菜のクリームスープ	鶏肉	牛乳・生クリーム		なたね油	にんじん・ブロッコリー	たまねぎ・れんこん だいこん	スープストック・塩 こしょう・ホワイトルウ	鶏肉・小麦・豚肉 乳
7 (木)	はくはん			米					
	豚肉のかりん揚げ	豚肉		でんぷん・砂糖	大豆油		しょうが	酒・しょうゆ・和風だし みりん	豚肉・大豆
	大根と厚揚げの煮物	厚揚げ		砂糖		にんじん	だいこん	酒・しょうゆ・みりん 和風だし	大豆
	糸かまぼこのすまし汁	かまぼこ・かつお節				にんじん・こまつな	しいたけ・ねぎ	薄口しょうゆ・塩	
8 (金)	ソフトめん			小麦粉				塩	小麦
	いかのハーブ焼き	いか			オリーブ油	バジル	にんにく	薄ワイン・塩・こしょう	いか
	ごぼうサラダ			砂糖	なたね油	にんじん	ごぼう・きゅうり・枝豆 とうもろこし	薄口しょうゆ・米酢・塩	大豆
	ナポリタンソース	豚肉・ウインナー 豆乳		中双糖・でんぷん	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・ケチャップ 塩・こしょう・ウスターソース ノンアルコールハヤシルウ	豚肉・大豆
11 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	鶏肉のしょうが焼き	鶏肉					しょうが	しょうゆ・酒・みりん	鶏肉
	西美濃野菜のおひたし	花かつお	塩こんぶ	砂糖		こまつな	きゅうり・もやし	みりん・薄口しょうゆ	小麦・大豆
	豆乳みそ汁	豆腐・油あげ かつお節・豆乳	いわし節			にんじん	白菜・だいこん・しめじ ねぎ	白こじみそ	大豆
12 (火)	はくはん			米					
	あじのみそたれ	あじ		砂糖				豆みそ・酒・みりん	
	じゃがいもと野菜の煮物	はんぺん		じゃがいも・こんにやく 砂糖		にんじん・さやいんげん	たまねぎ	しょうゆ・みりん 和風だし	
	具だくさん汁	油あげ・かつお節			さつまいも	にんじん・こまつな	ごぼう・えのきたけ だいこん みかん	薄口しょうゆ・塩	大豆
13 (水)	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
	白身魚の 南濃みかんソース	ほき		でんぷん・砂糖	大豆油		みかん・レモン	酒・米酢・しょうゆ	大豆
	青菜のナッツあえ				アーモンド	こまつな・ほうれんそう	キャベツ	しょうゆ	アーモンド
	ミネストローネ	ウインナー・大豆		マカロニ・じゃがいも		にんじん・トマト かぼちゃ・パセリ	たまねぎ	スープストック・塩 こしょう	豚肉・小麦・大豆
14 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	厚揚げのねぎたれかけ	生揚げ		砂糖・でんぷん	なたね油		ねぎ	酒・しょうゆ・米酢	大豆
	ひじきのそぼろ煮	鶏肉・大豆		こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん・さやいんげん		酒・しょうゆ・和風だし	鶏肉・大豆
	豚汁	豚肉・油あげ かつお節	いわし節	里いも		にんじん	ごぼう・だいこん・ねぎ	酒・豆みそ・白こじみそ	豚肉・大豆
15 (金)	麦ごはん(委託)			米・大麦					
	豚肉とごぼうの 揚げがらめ	豚肉		でんぷん・砂糖	大豆油		ごぼう・しょうが	酒・しょうゆ・みりん	豚肉・大豆
	豆腐と野菜の炒めもの	豆腐・まぐろ油漬 花かつお			ごま油	にら	もやし・キャベツ	塩・薄口しょうゆ・酒	大豆・ごま
	春雨のスープ	ハム		はるさめ		にんじん・チンゲンサイ	しいたけ	中華だし・薄口しょうゆ 塩・こしょう	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・マカダミアナッツ・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。また、魚卵を持つ場合があります。

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とになる食品		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とになる食品			
		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 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	五目玉子焼き	卵		でんぷん・砂糖	なたね油	にんじん・ほうれんそう	グリーンピース しいたけ	みりん・塩・しょうゆ 穀物酢	卵・小麦・大豆
	切り干し大根のあえ物			砂糖	なたね油・ごま	にんじん・こまつな	切り干し大根 とうもろこし	しょうゆ・和風だし・塩	ごま
	きのこのみそ汁	厚揚げ・かつお節	わかめ・いわし節	じゃがいも			えのきたけ・しいたけ しめじ	麦みそ・白こじみそ	大豆
19 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	さつまいもスティック			さつまいも	大豆油			塩	大豆
	大根サラダ					ほうれんそう・にんじん	だいこん・とうもろこし きゅうり		
	イタリアンドレッシング				イタリアンドレッシング				
20 (水)	チキンカレー	鶏肉・豆乳					じゃがいも	なたね油	にんじん・トマト
	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
	とり肉のトマトだれ	鶏肉		でんぷん・砂糖	大豆油	トマト		酒・しょうゆ・米酢	鶏肉・大豆
	せん切りじゃがいもの サラダ			じゃがいも・砂糖	なたね油	にんじん	きゅうり	米酢・薄口しょうゆ・塩	
21 (木)	かぼちゃポタージュ	ベーコン	牛乳・生クリーム			かぼちゃ・パセリ	たまねぎ	ホワイトルウ・塩 こしょう・コンソメ	豚肉・小麦・乳
	はくはん			米					
	メンチカツ	豚肉・かつお節	いわし節	小麦粉・パン粉・米粉 コーンスターチ・砂糖 水あめ・加工でんぷん	豚脂・大豆油		セロリ・たまねぎ	塩・こしょう・醸造酢	小麦・豚肉・大豆
	炒り豆腐	まぐろ油漬・豆腐	ひじき	砂糖	なたね油	にんじん・さやいんげん	たまねぎ・しいたけ	和風だし・薄口しょうゆ	大豆
22 (金)	いものこ汁	鶏肉・かつお節		里いも・こんにやく		にんじん	しめじ・ごぼう・ねぎ	酒・薄口しょうゆ・塩	鶏肉
	麦ごはん			米・大麦					
	鮭のこうじ焼き	さけ						塩こうじ	さけ
	五目豆	鶏肉・大豆	こんぶ	こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん	ごぼう・枝豆	和風だし・しょうゆ みりん・酒	鶏肉・大豆
25 (月)	だいこんのみそ汁	豆腐・油あげ かつお節	わかめ・いわし節				だいこん・えのきたけ ねぎ	豆みそ	大豆
	麦ごはん			米・大麦					
	ベイクドポテト			じゃがいも・ぶどう糖	バーム油	パセリ	にんにく	塩・こしょう	
	マカロニと青菜のサラダ			マカロニ		ほうれんそう	きゅうり・とうもろこし		小麦
26 (火)	ノンエッグマヨネーズ			ノンエッグマヨネーズ					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	赤ワイン・塩・こしょう デミグラスソース ノンアルコールハヤシルウ ケチャップ・スープストック ウスターソース	豚肉・小麦・鶏肉
	はくはん			米					
	さばの竜田揚げ	さば		でんぷん	大豆油		しょうが	しょうゆ・酒・塩	さば・大豆
27 (水)	切り干し大根の ピリ辛炒め	豚肉		砂糖	なたね油・ごま油	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
	里芋と鶏団子のみそ汁	えんどう豆たんぱく 鶏肉・かつお節	いわし節 海藻ミネラル	でんぷん・砂糖 里芋		にんじん	たまねぎ・だいこん えのきたけ・ねぎ	発酵調味料・塩 こしょう・白こじみそ 麦みそ	鶏肉
	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
	トマトオムレツ	卵		でんぷん・砂糖	オリーブ油・なたね油	にんじん・トマト	とうもろこし・たまねぎ	塩・穀物酢・ケチャップ	卵
28 (木)	フルーツミックス			カクテルゼリー			みかん・バインアップル もも・りんご		もも・りんご・大豆
	焼きそば	豚肉・花かつお	青のり	中華めん	なたね油	にんじん	キャベツ 白しょうが漬	焼きそばソース・塩 スープストック・こしょう	りんご・小麦・豚肉 大豆
	麦ごはん			米・大麦					
	竹輪のお好み揚げ	ちくわ・かつお粉	青のり	小麦粉・米粉	大豆油		白しょうが漬	塩	小麦・大豆
29 (金)	筑前煮	鶏肉		こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん	ごぼう・しいたけ れんこん・たけのこ 枝豆	和風だし・酒・しょうゆ みりん	鶏肉・大豆
	さつま汁	豆腐・かつお節	いわし節	さつまいも			だいこん・白菜・ねぎ	白こじみそ・麦みそ	大豆
	キムチチャーハン	豚肉		米・大麦	ごま油	にんじん	にんにく はくさいキムチ・ねぎ	酒・しょうゆ・塩 こしょう・中華だし	豚肉・ごま・大豆
	野菜焼売	小麦たんぱく・鶏肉 大豆たんぱく・豚肉		小麦粉・パン粉・砂糖 加工でんぷん・水あめ しょうが	豚脂	にんじん・ほうれんそう	とうもろこし・たまねぎ しょうが	みりん・塩・しょうゆ	鶏肉・小麦・豚肉 大豆
30 (土)	春雨のサラダ			はるさめ・砂糖	なたね油	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	豚肉・鶏肉
	わかめスープ		わかめ				たまねぎ・もやし ねぎ	酒・中華だし・こしょう 塩・鶏豚湯・薄口しょうゆ	

★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。