

令和6年度 1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			
		たんぱく質	無機質	炭水化物	脂質	ビタミン			
		5大栄養素	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		
8 (水)	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		
	丸パン		脱脂粉乳	小麦粉・砂糖	ショートニング			塩・イースト	小麦・乳
	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	豚脂・大豆油		セロリー・たまねぎ	塩・こしょう・酢・魚醤 麦芽エキス	小麦・豚肉・大豆
	ソース							ソース	
	カラフルポテト			じゃがいも	なたね油	にんじん	とうもろこし グリーンピース	塩・こしょう・コンソメ	
9 (木)	かぶのミルクスープ	ベーコン	牛乳		なたね油	にんじん・ほうれんそう	たまねぎ・かぶ だいこん	ホワイトルウ・こしょう スープストック・塩	豚肉・小麦・乳
	梅わかめごはん		わかめ	米・大麦・砂糖 でんぶん			梅	塩・昆布エキス	
	ぶりの照り焼き	ぶり		砂糖				しょうゆ・酒・みりん	
	紅白なます			砂糖		にんじん	だいこん・れんこん たくあん漬	薄口しょうゆ・塩・米酢	
10 (金)	もちふのすまし汁	かまぼこ・かつお節		麩		こまつな	えのきたけ	みりん・薄口しょうゆ 塩	小麦
	ソフトめん			小麦粉				塩	小麦
	大豆といかの あげがらめ	大豆・いか		でんぶん・砂糖	大豆油			しょうゆ・みりん・酒	いか・大豆
	こんにゃくサラダ			こんにゃく・砂糖	なたね油	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	
	カレーソース	豚肉・鶏肉・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	ケチャップ・塩 スープストック ウスターソース ノンアレルギーカレールウ	りんご・鶏肉・豚肉 大豆
14 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	とり肉のおおさあげ	鶏肉	青のり	でんぶん	大豆油		しょうが	酒・しょうゆ	鶏肉・大豆
	ひじきの炒め煮	豚肉	ひじき	こんにゃく・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
	里いものみそしる	油あげ・かつお節	わかめ・いわし節	里いも			だいこん・ねぎ	豆みそ	大豆
15 (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
	ハンバーグトマトソース	大豆たんぱく・豚肉 鶏肉		砂糖・ぶどう糖	豚脂	トマト	たまねぎ・しょうが にんにく	塩・こしょう・ケチャップ ウスターソース	鶏肉・豚肉・大豆
	キャベツソテー				なたね油	ほうれんそう	キャベツ・とうもろこし	塩・コンソメ・こしょう	
	冬野菜スープ	ベーコン		じゃがいも	なたね油	にんじん・パセリ	だいこん・白菜 カリフラワー	スープストック コンソメ・塩・こしょう	豚肉
16 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	焼きほっけ	ほっけ						塩	
	大根の煮物	まぐろ油漬		砂糖		こまつな	だいこん	酒・しょうゆ	
	ちゃんこ鍋汁	えんどう豆たんぱく 豚肉・鶏肉・豆腐 かつお節		でんぶん・砂糖		にんじん	たまねぎ・しめじ 白菜・ねぎ	発酵調味料・塩 こしょう・薄口しょうゆ	豚肉・鶏肉・大豆
17 (金)	麦ごはん(委託)			米・大麦					
	オムレツ	卵		加工でんぶん・砂糖	大豆油			塩・醸造酢	卵・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・とうもろこし	米酢・薄口しょうゆ・塩	
	ハヤシライスソース	豚肉			なたね油	にんじん・トマト	にんにく・たまねぎ マッシュルーム	酒・デミグラスソース ハヤシルウ・ケチャップ ウスターソース・こしょう スープストック・塩	鶏肉・豚肉・小麦 大豆
20 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	とり肉の塩こうじ焼き	鶏肉					しょうが・ねぎ	酒・薄口しょうゆ 塩こうじ	鶏肉
	もやしのおかか和え	花かつお				にんじん・ほうれんそう	もやし・とうもろこし	薄口しょうゆ	
	厚揚げとだいこんの みそ汁	生揚げ・かつお節	いわし節	里いも			だいこん・えのきたけ ねぎ	豆みそ	大豆
21 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	ちくわのしょうがあげ	ちくわ		小麦粉	大豆油		しょうが漬		小麦・大豆
	中華そばろ丼	鶏肉		砂糖	なたね油	チンゲンサイ	しょうが・たけのこ しいたけ・もやし	しょうゆ・酒 鶏がらスープ・塩	鶏肉
	酸辣湯	卵・豆腐		でんぶん	なたね油	にんじん	たまねぎ・白菜・ねぎ	鶏がらスープ・中華だし 薄口しょうゆ・塩 こしょう・米酢・豆板醤	鶏肉・卵・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＞ からもご覧いただけます。

※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			
		たんぱく質	無機質	炭水化物	脂質	ビタミン			
		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		
22 (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
	フライドポテト			じゃがいも	植物油脂・大豆油			塩	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	
	カレースープ	鶏肉		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	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 ガラムマサラ・こしょう	鶏肉
23 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	白身魚のみぞれたれ	ホキ		でんぶん・砂糖	大豆油		だいこん	酒・薄口しょうゆ みりん	大豆
	こんにゃくのきんぴら	豚肉・さつまあげ		こんにゃく・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	豚肉
	白菜のみそ汁	油あげ・かつお節	わかめ・いわし節				白菜・しめじ・たまねぎ	豆みそ・白ごうじみそ	大豆
24 (金)	一食うどん	小麦たんぱく		小麦粉				塩	小麦
	ハツシモ五平もち	大豆		米・でんぶん・砂糖	ごま			しょうゆ・豆みそ・酒 みりん・塩	ごま・大豆
	けいちゃん	鶏肉		砂糖	なたね油	にら	にんにく・たまねぎ もやし・キャベツ	酒・しょうゆ・郡上みそ みりん	鶏肉・大豆
	岐阜たっぶり うどんの汁	油あげ・かまぼこ かつお節				にんじん・春菊 ほうれんそう	まいたけ	薄口しょうゆ・塩 みりん	大豆
27 (月)	ミックスピラフ			米・大麦	なたね油	にんじん	たまねぎ・とうもろこし グリーンピース	スープストック・塩 こしょう	
	カチャトーラ (鶏肉のトマトソース)	鶏肉		でんぶん	なたね油	ピーマン・トマト パジル	にんにく・たまねぎ	酒・塩・こしょう ケチャップ・コンソメ	鶏肉
	きのこのベベロンチーノ	ベーコン		スパゲティ	なたね油	ほうれんそう	にんにく・たまねぎ しめじ・エリンギ	鶏がらスープ・コンソメ 塩・こしょう	小麦・豚肉・鶏肉
	コンソメスープ	ウインナー			なたね油	にんじん・パセリ	たまねぎ・キャベツ	塩・こしょう・コンソメ	豚肉
28 (火)	はくはん			米					
	さわらの香味焼き	さわら					しょうが・ねぎ	カレー粉・塩・酒	
	たくあんあえ			砂糖		にんじん	白菜・きゅうり たくあん漬	米酢・塩	
	いものこ汁	まぐろ油漬 かつお節		里いも・こんにゃく でんぶん		にんじん	だいこん・しめじ ねぎ	昆布だし・塩 えんどうまめしょうゆ	
29 (水)	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
	くじら肉の ケチャップソース	くじら肉		でんぶん・砂糖	大豆油		しょうが	しょうゆ・酒・ケチャップ ウスターソース	大豆
	キャベツサラダ			砂糖	なたね油	にんじん・こまつな	キャベツ・とうもろこし	薄口しょうゆ・米酢	
	脱脂粉乳のシチュー	鶏肉	脱脂粉乳・牛乳	じゃがいも	なたね油	にんじん	たまねぎ・グリーンピース	ホワイトルウ・こしょう スープストック・塩	鶏肉・小麦・豚肉 乳
30 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	肉だんごの 南濃みかんソース	えんどう豆たんぱく 豚肉・鶏肉		でんぶん・砂糖	大豆油		たまねぎ・みかん レモン	発酵調味料・塩 こしょう・米酢・しょうゆ	豚肉・鶏肉・大豆
	なばなのごまあえ			砂糖	ごま	なばな	きゅうり・キャベツ	しょうゆ・みりん	ごま
	ペーめんといいたけの みそ汁	油あげ		米麺		にんじん・こまつな	しいたけ・だいこん	白ごうじみそ 鶏がらスープ	大豆・鶏肉
31 (金)	かやくごはん	鶏肉・油あげ		米・こんにゃく・砂糖	なたね油	にんじん	ごぼう・しいたけ みりん	酒・和風だし・しょうゆ みりん	鶏肉・大豆
	たこ焼き	卵・たこ	乳製品	小麦粉・水あめ	植物油脂・大豆油		キャベツ・ねぎ 紅しょうが	塩・しょうゆ たこ焼きソース	りんご・卵・小麦 ゼラチン・乳・大豆
	きゅうりとなすの 浅漬け風		塩昆布	砂糖			きゅうり・なす・白菜	米酢・鶏がらスープ 薄口しょうゆ	小麦・大豆・鶏肉
	肉吸い	牛肉・豚肉・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・塩 薄口しょうゆ	豚肉・牛肉・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・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

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 있습니다。

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。