

令和8年度 5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29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 | | | | | |
| | 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) | たけのこごはん | 油あげ | | | 米・砂糖 | なたね油 | にんじん | たけのこ | 薄口しょうゆ・みりん 和風だし | 大豆 | |
| | ししゃものお茶天ぷら | | ししゃも | | 小麦粉・でんぶん | 大豆油 | | 緑茶 | | 小麦・大豆 | |
| | 彩り和え | | | | 砂糖 | | にんじん | きゅうり・だいこん とうもろこし | 薄口しょうゆ・みりん | | |
| | わかめのすまし汁 | 豆腐・かまぼこ かつお節 | わかめ | | | | | ほうれんそう | えのきたけ | 薄口しょうゆ・塩 | 大豆 |
| | こどもの日デザート | 豆乳 | | | 砂糖 ぶどう糖果糖液糖 | | | りんご・レモン | | りんご・大豆 | |
| 7 (木) | 麦ごはん | | | | 米・大麦 | | | | | | |
| | 肉団子の甘酢あん | 大豆たんぱく・鶏肉 | | | でんぶん・水あめ 砂糖 | チキンオイル 大豆油 | | キャベツ・たまねぎ | 塩・香辛料・しょうゆ | 鶏肉・大豆 | |
| | じゃがいものみそ炒め | 豚肉 | | | じゃがいも・砂糖 でんぶん | なたね油 | にんじん・さやいんげん | にんにく・たけのこ | 酒・中華だし・豆みそ 塩 | 豚肉 | |
| | チンゲン菜のスープ | 豆腐 | | | | なたね油 | チンゲンサイ | たまねぎ・しめじ | 塩・こしょう・薄口しょうゆ 鶏がらスープ・中華だし | 大豆・鶏肉 | |
| 8 (金) | 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・白ワイン | さば・大豆 | |
| | ひじきのそぼろ煮 | 豚肉 | ひじき | | こんにやく・砂糖 | なたね油 | にんじん | 枝豆 | 酒・しょうゆ・和風だし | 豚肉・大豆 | |
| | 新玉ねぎのみそ汁 | 油あげ・かつお節 | わかめ・いわし節 | | じゃがいも | | | たまねぎ・えのきたけ | 白こじみそ | 大豆 | |
| 11 (月) | 麦ごはん | | | | 米・大麦 | | | | | | |
| | 大豆ロquette | 大豆・大豆たんぱく | | | 小麦粉・パン粉 じゃがいも・砂糖 コーンスターチ | なたね油・大豆油 マーガリン | | たまねぎ | 塩・こしょう | 小麦・大豆 | |
| | 根菜サラダ | | | | 砂糖 | なたね油 | にんじん | ごぼう・れんこん きゅうり・とうもろこし | 薄口しょうゆ・米酢・塩 | | |
| | ポークカレー | 豚肉・豆乳 | | | じゃがいも | なたね油 | にんじん | にんにく・しょうが たまねぎ・りんご | 白ワイン・ウスターソース スープストック・塩 こしょう・ケチャップ ノンアレルギーカレールー | 豚肉・りんご・大豆 | |
| 12 (火) | 麦ごはん | | | | 米・大麦 | | | | | | |
| | さわらのマヨネーズ焼き | さわら | | | | ノンエッグマヨネーズ | | | 白ワイン・白こじみそ | 大豆 | |
| | ビーフン入り野菜炒め | 豚肉 | | | ビーフン | なたね油 | にんじん・チンゲンサイ | もやし・キャベツ | 酒・鶏がらスープ・塩 こしょう・しょうゆ | 豚肉・鶏肉 | |
| | 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 | |
| 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 | |
| | 小魚のからあげ | | 小いわし | | でんぶん | 大豆油 | | | 塩 | 大豆 | |
| | 青菜のソテー | ウインナー | | | | なたね油 | ほうれんそう・こまつな にんじん | キャベツ | コンソメ・塩・こしょう | 豚肉 | |
| | クリームスープ | | 牛乳 | | じゃがいも | なたね油 | にんじん・パセリ | たまねぎ・しめじ | スープストック・塩 こしょう・ホワイトルー | 小麦・豚肉・乳 | |
| 14 (木) | 麦ごはん | | | | 米・大麦 | | | | | | |
| | 厚揚げのみそかけ | 厚揚げ | | | 砂糖 | | | | 豆みそ・酒・みりん | 大豆 | |
| | 切干大根とツナの煮物 | まぐろ油漬 | | | 砂糖 | なたね油 | にんじん・さやいんげん | 切り干し大根・しいたけ | 和風だし・酒・しょうゆ | 大豆 | |
| | けんちん汁 | 鶏肉・油あげ・豆腐 かつお節 | | | | | にんじん | ごぼう・キャベツ・ねぎ | 酒・薄口しょうゆ・塩 | 鶏肉・大豆 | |
| 15 (金) | ソフトめん | | | | 小麦粉 | | | | 塩 | 小麦 | |
| | オムレツ | 卵 | | | でんぶん・砂糖 | 大豆油 | | | 塩・醸造酢 | 卵・大豆 | |
| | こんにやくサラダ | | | | こんにやく・砂糖 | なたね油 | にんじん | きゅうり・キャベツ | しょうゆ・米酢・塩 | | |
| | 山吹ソース | 豚肉 | | | | なたね油 | にんじん | にんにく・たまねぎ とうもろこし | 赤ワイン・ケチャップ ウスターソース・こしょう ノンアレルギーハヤシルウ ノンアレルギーカレールー スープストック・塩 | 豚肉 | |
| 18 (月) | わかめごはん | | わかめ | | 米・大麦・砂糖 | | | | 塩 | | |
| | いわしの蒲焼き風 | いわし | | | でんぶん・砂糖 | 大豆油 | | しょうが | しょうゆ・みりん | 大豆 | |
| | たけのこのきんぴら | 豚肉・花かつお | | | こんにやく・砂糖 | なたね油 | にんじん・さやいんげん | たけのこ | 酒・しょうゆ | 豚肉 | |
| | きのこのすまし汁 | 豆腐・かつお節 | | | | | | ほうれんそう | 薄口しょうゆ・塩 | 大豆 | |

※食物アレルギー原因物質(特定原材料 29品目)の表示について

食品表示基準に基づき、29品目の食品について表示してあります。

義務表示 9品目: えび・かに・カンシューナッツ・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生(ピーナッツ)

任意表示 20品目: アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・ゼラチン・大豆・

鶏肉・バナナ・ピスタチオ・豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご

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29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

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29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。

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。

| 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29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 | | | | | |
| | 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 | | | |
| 19 (火) | はくはん | | | | | 米 | | | | | |
| | 豚肉の南濃みかんソース | 豚肉 | | | | 砂糖 | なたね油 | しょうが・みかん レモン | 白ワイン・米酢 しょうゆ | 豚肉 | |
| | なすときゅうりの昆布あえ | | | 塩こんぶ | | 砂糖 | | なす・きゅうり だいこん | しょうゆ・みりん | 小麦・大豆 | |
| | トマトのみそ汁 | | | | | じゃがいも | | トマト | もやし・しいたけ・ねぎ 白こじみそ 鶏がらスープ | 鶏肉 | |
| 20 (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 |
| | 白身魚のバセリ揚げ | メダイ | | | でんぶん | 大豆油 | パセリ | | 白ワイン・塩・こしょう | 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 | | |
| | ポークビーンズ | 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 | 赤ワイン・スープストック ウスターソース・塩 ケチャップ・こしょう ノンアレルギーハヤシルウ | 豚肉・大豆 |
| 21 (木) | 麦ごはん | | | | 米・大麦 | | | | | | |
| | 和風ハンバーグ | 大豆たんぱく・鶏肉 | | | | じゃがいも・砂糖 でんぶん | 豚脂・なたね油 | | たまねぎ・しょうが | 塩・香辛料・しょうゆ みりん・調味エキス | 鶏肉・豚肉・大豆 |
| | たくあんあえ | | | | | | | にんじん | キャベツ・きゅうり たくあん漬 | 薄口しょうゆ | |
| | じゃがいものみそ汁 | 油あげ・かつお節 | わかめ・いわし節 | | じゃがいも | | | えのきたけ | 白こじみそ | 大豆 | |
| 22 (金) | 麦ごはん(委託) | | | | 米・大麦 | | | | | | |
| | ちくわの米粉揚げ | ちくわ | | | 米粉・でんぶん | 大豆油 | | | | 大豆 | |
| | 親子どんの具 | 鶏肉・卵 | | | 砂糖・でんぶん | | | にんじん | たまねぎ・しいたけ ねぎ | 酒・和風だし・しょうゆ 塩 | 鶏肉・卵 |
| | 青菜のすまし汁 | 豆腐・かつお節 | | | | | | こまつな・ほうれんそう | だいこん | 薄口しょうゆ・塩 | 大豆 |
| 25 (月) | 麦ごはん | | | | 米・大麦 | | | | | | |
| | かつおと大豆のみそがらめ | かつお・大豆 | | | でんぶん・砂糖 | 大豆油 | | しょうが | 白ワイン・豆みそ みりん | 大豆 | |
| | 青菜と大根のごまあえ | | | | | ごま | こまつな | だいこん・キャベツ | しょうゆ | ごま | |
| | つくね汁 | えんどう豆たんぱく 豚肉・鶏肉・かつお節 | | | でんぶん・砂糖 こんにやく | | にんじん | たまねぎ・ごぼう しいたけ・ねぎ | 塩・しょうゆ・香辛料 薄口しょうゆ・発酵調味料 | 豚肉・鶏肉 | |
| 26 (火) | 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 | 白ワイン・薄口しょうゆ 塩こうじ | 鶏肉 | |
| | じゃがいものカレー煮 | | | | じゃがいも・砂糖 | なたね油 | にんじん | たまねぎ・枝豆 | しょうゆ・塩 カレーアロマ | 大豆 | |
| | キャベツのみそ汁 | 油あげ・かつお節 | いわし節 | | | | | キャベツ・だいこん えのきたけ・ねぎ | 白こじみそ | 大豆 | |
| 27 (水) | 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 | |
| | 春巻き | 大豆粉・豚肉 | | | 小麦粉・でんぶん コーンフラワー・砂糖 水あめ・はるさめ | 植物油脂・豚脂 ショートニング・大豆油 油脂加工品・香味油 | にんじん | キャベツ・しょうが たまねぎ・しいたけ | 塩・しょうゆ・香辛料 | 小麦・豚肉・大豆 | |
| | フルーツミックス | | | | | カクテルゼリー | | | パインアップル・もも りんご | もも・りんご・大豆 | |
| | 焼きそば | 豚肉 | 青のり | | 中華めん | なたね油 | にんじん | キャベツ・しょうが漬 | 塩・焼きそばソース スープストック・こしょう | りんご・小麦・豚肉 大豆 | |
| 28 (木) | 麦ごはん | | | | 米・大麦 | | | | | | |
| | さつまいもチップス | | | | さつまいも | 大豆油 | | | 塩 | 大豆 | |
| | 中華そば丼の具 | 豚肉 | | | 砂糖・でんぶん | なたね油 | | にんにく・たまねぎ たけのこ・しいたけ ねぎ | 酒・コチュジャン 鶏がらスープ・豆みそ しょうゆ | 豚肉・大豆・鶏肉 | |
| | 春雨スープ | ハム | | | はるさめ | | にんじん・チンゲンサイ | えのきたけ | 中華だし・鶏がらスープ 薄口しょうゆ・塩 こしょう | 豚肉・鶏肉 | |
| 29 (金) | 麦ごはん | | | | 米・大麦 | | | | | | |
| | あじのおろしかけ | あじ | | | 砂糖 | | | だいこん | 白ワイン・薄口しょうゆ みりん | 大豆 | |
| | こんにやくのおかか煮 | 厚揚げ・花かつお | | | こんにやく・砂糖 | | さやいんげん | | 和風だし・しょうゆ みりん | 大豆 | |
| | 豆乳汁 | 鶏肉・油あげ 豆乳・かつお節 | | | | | にんじん | だいこん・キャベツ しめじ・ねぎ | 酒・薄口しょうゆ・塩 | 鶏肉・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→認定子ども園→給食献立表>からもご覧いただけます。