

令和8年度 9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29品目
		おもに体をつくるものとなる食品		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となる食品			
		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	その他の野菜・果物		
1 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	枝豆コロッケ	大豆たんぱく		小麦粉・パン粉 じゃがいも コーンスターチ・砂糖	なたね油・大豆油		枝豆	塩・こしょう	小麦・大豆
	フルーツミックス			カクテルゼリー			パイナップル・もも りんご		もも・りんご・大豆
	夏野菜カレー	豚肉・豆乳			なたね油	トマト・かぼちゃ ピーマン	しょうが・にんにく たまねぎ・なす・りんご	赤ワイン・ケチャップ ノンアレルギーカレールウ ウスターソース・塩 スープストック	豚肉・りんご・大豆
2 (水)	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
	ハンバーグ	大豆たんぱく・鶏肉		じゃがいも・砂糖	豚脂		たまねぎ	塩・香辛料・ケチャップ 赤ワイン・ウスターソース	鶏肉・豚肉・大豆
	キャベツソテー			じゃがいも	なたね油	ほうれんそう	キャベツ・とうもろこし	コンソメ・塩・こしょう	
	トマトジュリエンスープ	ベーコン			なたね油	チンゲンサイ・にんじん トマト	セロリー・たまねぎ えのきたけ	スープストック・塩 こしょう	豚肉
3 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	あじの南蛮づけ	あじ		でんぶん・砂糖	大豆油	にんじん・パセリ	たまねぎ	しょうゆ・米酢	大豆
	たくあん和え					にんじん	キャベツ・きゅうり たくあん漬け	薄口しょうゆ	
	モロヘイヤのみそ汁	厚揚げ		里いも		モロヘイヤ	なめこ	白こうじみそ 鶏がらスープ	大豆・鶏肉
4 (金)	麦ごはん			米・大麦					
	厚揚げの トマトそぼろあん	豆乳・豚肉		でんぶん・砂糖	なたね油	トマト	しょうが	酒・しょうゆ・みりん	豚肉・大豆
	春雨の和え物			はるさめ・砂糖	なたね油	にんじん	キャベツ・きゅうり	薄口しょうゆ・米酢・塩	
	豚汁	豚肉・豆腐 かつお節	いわし節	こんにゃく		にんじん	ごぼう・だいこん ねぎ	酒・豆みそ 白こうじみそ	豚肉・大豆
7 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	とり肉のおろしかけ	鶏肉		でんぶん・砂糖	大豆油		だいこん	白ワイン・薄口しょうゆ みりん	鶏肉・大豆
	なすのみそ炒め	豚肉		砂糖・でんぶん	なたね油	赤ピーマン	なす・キャベツ・ねぎ	酒・豆みそ 鶏がらスープ	豚肉・鶏肉
	オクラのすまし汁	豆腐・かつお節	わかめ			オクラ	だいこん・えのきたけ	薄口しょうゆ・塩	大豆
8 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	しゅうまい	豚肉		小麦粉・パン粉 でんぶん・砂糖 水あめ			しょうが・たまねぎ	塩・香辛料	小麦・豚肉
	豚キムチどんの具	豚肉		砂糖	ごま油	にんじん	にんにく・しょうが たまねぎ はくさいキムチ・ねぎ	酒・しょうゆ 鶏がらスープ	ごま・鶏肉・豚肉 大豆
	冬瓜スープ	厚揚げ				チンゲンサイ	とうがん・しいたけ	鶏がらスープ・中華だし 薄口しょうゆ・塩	大豆・鶏肉
9 (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
	白身魚のレモンソース	ホキ		でんぶん・砂糖	大豆油		レモン	白ワイン・しょうゆ	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	
	レタススープ	ベーコン		はるさめ	なたね油	チンゲンサイ	たまねぎ・しめじ レタス	スープストック コンソメ・塩・こしょう	豚肉
10 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	つくね団子のねぎだれ	大豆たんぱく・鶏肉		でんぶん・水あめ	大豆油・なたね油 チキンオイル		キャベツ・たまねぎ にんにく・ねぎ	塩・香辛料 鶏がらスープ	鶏肉・大豆
	こんにゃくのピリ辛炒め	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		しょうゆ・和風だし	
	かぼちゃのみそ汁	油あげ・かつお節	いわし節			かぼちゃ	えのきたけ・キャベツ ねぎ	白こうじみそ	大豆
11 (金)	ソフトめん			小麦粉				塩	小麦
	大豆と小魚の 揚げがらめ	大豆	かたくちいわし	でんぶん・砂糖 水あめ	大豆油			塩・しょうゆ・みりん	大豆
	ピーマンソテー	豚肉			なたね油	ピーマン・黄ピーマン 赤ピーマン	にんにく・キャベツ	白ワイン・鶏がらスープ 塩・こしょう	豚肉・鶏肉
	カレーソース	豚肉・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	スープストック ケチャップ・塩 ウスターソース ノンアレルギーカレールウ	豚肉・りんご・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・大豆・

鶏肉・バナナ・ビスタチオ・豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン

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・白こうじみそ・麦みそ・西京みそ)・・・大豆

＊スーパーストック・・・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。

※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			
		たんぱく質	無機質	炭水化物	脂質	ビタミン			
	5大栄養素								
	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 (月)	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	
	じゃがいものきんぴら	さつまあげ		じゃがいも・砂糖	なたね油	にんじん・ピーマン	ごぼう みりん	和風だし・しょうゆ	
	豆乳汁	鶏肉・油あげ 豆乳・かつお節		こんにゃく		にんじん	だいこん・しめじ・ねぎ	酒・薄口しょうゆ・塩	鶏肉・大豆
15 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	青のり	小麦粉	大豆油				小麦・大豆
	ひじきとツナの煮物	まぐろ油漬け さつまあげ	ひじき	こんにゃく・砂糖	なたね油	にんじん	枝豆	しょうゆ・酒・和風だし	大豆
	大根のみそ汁	豆腐・かつお節	いわし節				だいこん・キャベツ えのきたけ・ねぎ	白こうじみそ・豆みそ	大豆
16 (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
	鶏肉のスパイス焼き	鶏肉			なたね油		しょうが・にんにく	白ワイン・黒こしょう ガラムマサラ・塩	鶏肉
	大豆とキャベツのサラダ	大豆		砂糖	なたね油	赤ピーマン	キャベツ・きゅうり とうもろこし	薄口しょうゆ・米酢・塩	大豆
	かぼちゃスープ		牛乳		なたね油	かぼちゃ・パセリ	たまねぎ	スープストック・塩 こしょう・ホワイトルウ	小麦・豚肉・乳
17 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	オムレツ	卵		でんぶん・砂糖	大豆油			塩・醸造酢	卵・大豆
	タコライスの具	豚肉		でんぶん	なたね油	トマト・ピーマン パセリ	しょうが・にんにく たまねぎ・キャベツ きゅうり漬け・レモン	赤ワイン・豆板醤・塩 コンソメ・ケチャップ ウスターソース ガラムマサラ	豚肉
	ポテトスープ	ウインナー		じゃがいも	なたね油	にんじん・チンゲンサイ	たまねぎ	スープストック・塩 こしょう	豚肉
18 (金)	麦ごはん(委託)			米・大麦					
	豚肉のあんからめ	豚肉		でんぶん・砂糖	大豆油		しょうが	白ワイン・しょうゆ ウスターソース ケチャップ・中華だし	豚肉・大豆
	きゅうりの昆布あえ		塩こんぶ	砂糖		にんじん	キャベツ・きゅうり	しょうゆ・みりん	小麦・大豆
	なすのみそ汁	厚揚げ・かつお節	いわし節				なす・しいたけ えのきたけ・ねぎ	白こうじみそ	大豆
24 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	とり肉と高野豆腐の みそがらめ	鶏肉・高野豆腐		でんぶん・砂糖	大豆油		しょうが	白ワイン・豆みそ みりん	鶏肉・大豆
	青菜のおかか和え	花かつお				ごまつな	キャベツ・とうもろこし	しょうゆ・みりん 和風だし	
	五目汁	油あげ・かつお節				にんじん	だいこん・たけのこ しいたけ・ねぎ	薄口しょうゆ・塩	大豆
25 (金)	赤しそごはん			米・大麦・砂糖		赤しそ		塩	
	お月見卵焼き	卵・かつお節	いわし節	コーンスターチ 砂糖	なたね油	にんじん	とうもろこし グリーンピース・たけのこ しいたけ	塩・しょうゆ 薄口しょうゆ・米酢 中華だし	卵・小麦・大豆
	さといもと こんにゃくの煮物			里いも・こんにゃく 砂糖		にんじん	枝豆	和風だし・しょうゆ みりん	大豆
	とうがんのすまし汁	かまぼこ・豆腐 かつお節		はるさめ		ごまつな	とうがん・しいたけ	薄口しょうゆ・塩	大豆
	月見デザート		寒天	砂糖・液糖・水あめ ぶどう糖	粉末油脂		みかん・レモン		
28 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	ししゃものカレー揚げ		ししゃも	小麦粉	大豆油			カレー粉	小麦・大豆
	切り干し大根のごま和え			砂糖	ごま油・ごま	にんじん・ごまつな	切り干し大根 とうもろこし	しょうゆ・和風だし・塩	ごま
29 (火)	きのこのみそ汁	油あげ・かつお節	いわし節	里いも			しめじ・しいたけ エリンギ・キャベツ ねぎ	白こうじみそ	大豆
	麦ごはん			米・大麦					
	さんまの煮つけ	さんま		でんぶん・砂糖			だいこん	みりん・しょうゆ・塩	小麦・大豆
	じゃがいものそぼろ煮	豚肉		じゃがいも・砂糖	なたね油	にんじん	たまねぎ・枝豆	酒・和風だし・しょうゆ みりん	豚肉・大豆
30 (水)	わかめと大根のみそ汁	豆腐・かつお節	わかめ・いわし節				だいこん・えのきたけ	豆みそ	大豆
	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
	揚げぎょうざ	大豆たんぱく 豚肉・大豆粉		小麦粉・でんぶん 砂糖・水あめ	大豆油・豚脂		キャベツ・しょうが	塩・しょうゆ・香辛料 オイスターソース	小麦・豚肉・大豆
	フルーツナタデココ						パイナップル・りんご もも・ナタデココ		もも・りんご
	塩焼きそば	豚肉		中華めん	なたね油	にんじん	しょうが・ねぎ キャベツ・たまねぎ たけのこ	酒・鶏がらスープ 中華だし・塩・こしょう	小麦・豚肉・鶏肉

★ 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> からご覧いただけます。