

令和4年度 12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 卵 乳 落花生 他21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のになる食品		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		
1 (木)	はくはん			米					
	ヒレカツ	大豆・大豆たんぱく 豚肉		小麦粉・パン粉 コーンスターチ・砂糖	なたね油 ショートニング・大豆油			塩・イースト	大豆・小麦・豚肉
	中濃ソース							中濃ソース	大豆・りんご
	きゅうりの昆布あえ		塩こんぶ			にんじん	キャベツ・きゅうり	塩	小麦・大豆
	のっぺい汁	油あげ・かつお節	昆布	里いも・こんにやく でんぶん		にんじん	ごぼう・しいたけ だいこん・ねぎ	塩・薄口しょうゆ みりん	大豆
南濃みかん						みかん			
2 (金)	麦ごはん			米・大麦					
	三色そぼろ丼の具	鶏肉・大豆・卵		砂糖・でんぶん 上新粉	大豆油		しょうが・枝豆	酒・薄口しょうゆ・酢 和風だし・みりん・塩	鶏肉・大豆・卵
5 (月)	はくはん			米					
	サワラの西京焼き	サワラ						西京みそたれ	大豆
6 (火)	はくはん			米					
	豚肉のあんからめ	豚肉		でんぶん・砂糖	大豆油・ごま油		しょうが	酒・しょうゆ ウスターソース 中華だし	豚肉・大豆・ごま
7 (水)	はくはん			米					
	鶏肉のほちみつソース	鶏肉		砂糖	なたね油	にんじん	キャベツ・きゅうり	米酢・しょうゆ・塩 中華だし	鶏肉・卵
8 (木)	はくはん			米					
	イカのねぎ塩焼き	いか		砂糖	ごま油		しょうが・にんにく ねぎ	薄口しょうゆ・塩・酒 こしょう	いか・ごま
9 (金)	はくはん			米					
	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・枝豆 れんこん・たけのこ	和風だし・酒・しょうゆ みりん	鶏肉・大豆
10 (土)	はくはん			米					
	イカのねぎ塩焼き	いか		砂糖	ごま油		しょうが・にんにく ねぎ	薄口しょうゆ・塩・酒 こしょう	いか・ごま
11 (日)	はくはん			米					
	イカのねぎ塩焼き	いか		砂糖	ごま油		しょうが・にんにく ねぎ	薄口しょうゆ・塩・酒 こしょう	いか・ごま
12 (月)	はくはん			米					
	イカのねぎ塩焼き	いか		砂糖	ごま油		しょうが・にんにく ねぎ	薄口しょうゆ・塩・酒 こしょう	いか・ごま
13 (火)	はくはん			米					
	イカのねぎ塩焼き	いか		砂糖	ごま油		しょうが・にんにく ねぎ	薄口しょうゆ・塩・酒 こしょう	いか・ごま
14 (水)	はくはん			米					
	イカのねぎ塩焼き	いか		砂糖	ごま油		しょうが・にんにく ねぎ	薄口しょうゆ・塩・酒 こしょう	いか・ごま

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 卵 乳 落花生 他21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のになる食品		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		
15 (木)	はくはん			米					
	油淋鶏	鶏肉							
	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・ごまつな	にんにく・切り干し大根 しいたけ	酒・しょうゆ・豆板醤	豚肉・大豆・ごま 大豆
	豆腐とわかめのスープ	豆腐	わかめ			にんじん	たまねぎ・ねぎ	酒・中華だし・塩 鶏豚湯・こしょう 薄口しょうゆ	豚肉・大豆・鶏肉
	麦ごはん(委託)								
16 (金)	竹輪のお好み揚げ	ちくわ・かつお粉	青のり						
	肉じゃが	豚肉							
19 (月)	はくはん			米					
	サワラの西京焼き	サワラ							
20 (火)	はくはん			米					
	豚肉のあんからめ	豚肉		でんぶん・砂糖	大豆油・ごま油		しょうが	酒・しょうゆ ウスターソース 中華だし	豚肉・大豆・ごま
21 (水)	はくはん			米					
	イカのねぎ塩焼き	いか		砂糖	ごま油		しょうが・にんにく ねぎ	薄口しょうゆ・塩・酒 こしょう	いか・ごま
22 (木)	はくはん			米					
	イカのねぎ塩焼き	いか		砂糖	ごま油		しょうが・にんにく ねぎ	薄口しょうゆ・塩・酒 こしょう	いか・ごま
23 (金)	はくはん			米					
	イカのねぎ塩焼き	いか		砂糖	ごま油		しょうが・にんにく ねぎ	薄口しょうゆ・塩・酒 こしょう	いか・ごま
24 (土)	はくはん			米					
	イカのねぎ塩焼き	いか		砂糖	ごま油		しょうが・にんにく ねぎ	薄口しょうゆ・塩・酒 こしょう	いか・ごま
25 (日)	はくはん			米					
	イカのねぎ塩焼き	いか		砂糖	ごま油		しょうが・にんにく ねぎ	薄口しょうゆ・塩・酒 こしょう	いか・ごま
26 (月)	はくはん			米					
	イカのねぎ塩焼き	いか		砂糖	ごま油		しょうが・にんにく ねぎ	薄口しょうゆ・塩・酒 こしょう	いか・ごま

※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 7品目: えび・かに・小麦・そば・卵・乳・落花生(ピーナッツ)
 任意表示21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・くるみ・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

- 給食に関するくいしい食材・分量・栄養価について、給食センターから各学校にお知らせしていますので、必要な方は学校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
- 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、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。
 - 食品群の分け方を知りたいとき。

★ 給食の食材は、津海市、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、津海市のホームページ<くらしのガイド>子育て→小学校・中学校→給食献立表>からもご覧いただけます。