

# 令和4年度 2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 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	(水)	米粉パン	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
		あじバグのトマトソース	あじ・たら	パン粉・でんぷん・砂糖	豚脂	にんじん・トマト	ごぼう・しょうが・ねぎ たけのこ・たまねぎ	白こじみそ・塩 しょうゆ・米酢	小麦・豚肉・大豆
		なばなときゅうりの ナッツサラダ		砂糖	なたね油 カシューナッツ	なばな	きゅうり・だいこん とうもろこし	薄口しょうゆ・米酢	カシューナッツ
		ビーンズシチュー	鶏肉・大豆	牛乳	じゃがいも	にんじん	たまねぎ マッシュルーム	カレールー・ホワイトルウ スープストック・塩・こしょう	鶏肉・小麦・豚肉 大豆・乳
		マーマレード			砂糖・水あめ		みかん・夏みかん オレンジ		オレンジ
2	(木)	麦ごはん			米・大麦				
		とり肉のからあげ	鶏肉		でんぷん	大豆油		にんにく・しょうが	酒・しょうゆ
		大根とツナの煮物	まぐろ油漬け		砂糖		こまつな	だいこん	酒・しょうゆ
		さつまいものみそ汁	油あげ・かつお節	いわし節	さつまいも		にんじん	白菜・えのきたけ・ねぎ	白こじみそ
		フルーツヨーグルト	ゼラチン・乳たんぱく	乳製品・無脂肪乳	砂糖・液糖			いちご	ゼラチン・乳
3	(金)	麦ごはん			米・大麦				
		いわしカリカラフライ		いわし	米粉・じゃがいも コーンスターチ・砂糖	なたね油・大豆油 米油・パーム油		しょうが	塩・こしょう・イースト 発酵調味料
		青菜のおかか和え	花かつお				なばな・ほうれんそう	キャベツ	しょうゆ
		豚汁	豚肉・豆腐・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
		味のり		のり	砂糖・水あめ				塩・しょうゆ
		節分豆	大豆						大豆
6	(月)	麦ごはん			米・大麦				
		さつまいもの天ぷら			さつまいも・小麦粉 でんぷん	大豆油			塩
		牛ごぼう丼の具	牛肉・かまぼこ		中双糖	なたね油		しょうが・ごぼう たけのこ・枝豆	酒・みりん・しょうゆ
		みぞれ汁	豆腐・かつお節				にんじん	だいこん・なめこ・ねぎ	薄口しょうゆ・塩
7	(火)	麦ごはん			米・大麦				
		焼きほっけ	ほっけ						塩
		ピリ辛肉じゃが	豚肉・花かつお		じゃがいも・砂糖	なたね油	にんじん・こまつな	しょうゆ・コチュジャン・酒	豚肉・大豆
		わかめと豆腐のみそ汁	豆腐・かつお節	わかめ・いわし節				えのきたけ・だいこん	豆みそ
8	(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
		クロquette	大豆たんぱく・牛肉		小麦粉・じゃがいも・砂糖 コーンスターチ・パン粉	なたね油・大豆油・豚脂	たまねぎ	発酵調味料・塩 こしょう	牛肉・小麦 豚肉・大豆
		ソース						ソース	りんご・大豆
		コーンキャベツ	ベーコン			なたね油	ほうれんそう	キャベツ・とうもろこし	塩・チキンコンソメ こしょう
		白菜スープ	鶏肉		はるさめ	なたね油	にんじん	にんにく・白菜 たまねぎ	酒・スープストック コンソメ・塩・こしょう
		プリン	卵		牛乳・乳製品	砂糖・カラメル	植物油脂		卵・乳
9	(木)	麦ごはん			米・大麦				
		さわらの香味焼き	さわら		砂糖			しょうが・ねぎ	しょうゆ・酒・みりん
		豚肉と野菜の炒め物	豚肉			なたね油	にんじん・チンゲンサイ	にんにく・キャベツ もやし	酒・鶏がらスープ・塩 こしょう・しょうゆ
		さといものみそ汁	油あげ・かつお節	いわし節	里いも			えのきたけ・だいこん ねぎ	豆みそ
10	(金)	ソフトめん			小麦粉				塩
		高野豆腐と小魚の揚げがらめ	高野豆腐	かたくちいわし	でんぷん・砂糖・水あめ	大豆油			塩・しょうゆ・みりん・酒
		花野菜サラダ					ブロッコリー	カリフラワー・とうもろこし	
		イタリアンドレッシング					イタリアンドレッシング		
		カレーソース	豚肉・牛肉・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	カレー粉・ローレル・ソース スープストック・パプリカ カレールー・塩・ケチャップ
13	(月)	麦ごはん			米・大麦				
		わかさぎの衣揚げ	あおさ・わかさぎ おきあみ		小麦粉・米粉 コーンスターチ・砂糖	大豆油			塩・しょうゆ ベーキングパウダー
		切り干し大根のそぼろ炒め	豚肉			なたね油	にんじん・さやいんげん	切り干し大根・しいたけ	酒・和風だし・しょうゆ
		さつまい	鶏肉・油あげ・かつお節	いわし節	こんにゃく・さつまいも		にんじん	白菜・ねぎ	酒・麦みそ
		キムたくごはん	豚肉		米	なたね油	にんじん	にんにく・大根漬け はくさいキムチ・ねぎ	しょうゆ・塩・こしょう 中華だし
		しゅうまい	大豆粉・大豆たんぱく たら・豚肉・鶏肉		小麦粉・でんぷん・砂糖			たまねぎ	塩・しょうゆ・こしょう
		もやしのごま和え			砂糖	ごま	にんじん・ほうれんそう	もやし	米酢・しょうゆ 鶏がらスープ
		なめこ卵のスープ	ベーコン・卵		でんぷん	なたね油	グリーンねぎ	白菜・なめこ	鶏がらスープ・中華だし こしょう・薄口しょうゆ
		チョコタルト	卵		乳製品	小麦粉・砂糖 チョコレート	アーモンド マーガリン・大豆油		ココア・塩
15	(水)	黒パン	脱脂粉乳		小麦粉・砂糖・黒砂糖	ショートニング			塩・イースト
		スコッチエッグ	大豆たんぱく・豚肉 鶏肉・卵		パン粉・砂糖	大豆油・豚脂		たまねぎ	塩・こしょう
		ブロッコリーソテー	ハム			なたね油	ブロッコリー	キャベツ	酒・コンソメ・塩・こしょう
		かぶと貝柱のシチュー	貝柱	牛乳・生クリーム		なたね油	にんじん・パセリ	たまねぎ・かぶ・白菜	酒・スープストック ホワイトルウ・塩・こしょう

★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、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→小学校・中学校→給食献立表からご覧いただけます。

※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 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		
16	(木)	はくはん							
		さけのねごころじ焼き	さけ						しょうが・ねぎ 酒・薄口しょうゆ・塩こじ
		ゆず香和え			砂糖				だいこん・キャベツ きゅうり・ゆず
		豆乳みそ汁	鶏肉・油あげ かつお節・豆乳	いわし節			里いも	にんじん	白こじみそ
17	(金)	麦ごはん(委託)			米・大麦				
		円空里いもコロッケ	大豆・豚肉・鶏肉						パン粉・里いも・水あめ じゃがいも・コーンスターチ
		海津トマトドレッシングサラダ							砂糖
		ビーフカレー	牛肉・豆乳				じゃがいも	なたね油	にんじん
20	(月)	麦ごはん			米・大麦				
		とり肉のみそマヨネーズ焼き	鶏肉						ノンエッグマヨネーズ
		こんにゃくのおかか煮	花かつお				こんにゃく・砂糖	ごま油	さやいんげん
		ちゃんこ鍋汁	鶏肉・豆腐・かつお節						パン粉
		はくはん							
		はたはたのからあげ							
		いぶりがっこ和え							
		だまご汁	鶏肉						
21	(火)	麦ごはん			米・大麦				
		はたはたのからあげ							
		いぶりがっこ和え							
		だまご汁	鶏肉						
22	(水)	チョコチップパン							
		グラタン	えび						
		きのこじゃがいものソテー	ベーコン						
		ほうれん草のスープ	鶏肉						
24	(金)	中華めん							
		えびフリッター	大豆粉・えび						
		牛肉と青菜の中華炒め	牛肉						
		みそラーメン	豚肉・なると						
		いもけんぴ小魚							
27	(月)	麦ごはん			米・大麦				
		豚肉の甘酢がらめ	豚肉						
		れんこんのきんぴら	さつまあげ						
		大根のみそ汁	油あげ かつお節						
28	(火)	麦ごはん			米・大麦				
		厚揚げのみそかけ	生揚げ						
		筑前煮	鶏肉						
		つくね汁	豚肉・鶏肉・油あげ えんどう豆たんぱく かつお節						

## ※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

- 給食に関するくわしい食材・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、未表示のものがありません。
- 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。

