

令和5年度 7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 えびかにかい小 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			
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			
3 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	鶏肉のトマトおろしかけ	鶏肉		米粉・砂糖・でんぷん		トマト	しょうが・たまねぎ きゅうり漬け	酒・しょうゆ・みりん 米酢	鶏肉
	きゅうりとじゃがいものサラダ			じゃがいも・砂糖	なたね油	こまつな	きゅうり・とうもろこし	米酢・薄口しょうゆ・塩	
4 (火)	モロヘイヤのみそ汁	豆腐 かつお節	いわし節			モロヘイヤ	切り干し大根 えのきたけ	麦みそ・白こうじみそ	大豆
	はくはん			米					
	さけのみそマヨネーズ焼き	さけ			ノンエッグマヨネーズ			塩・酒・こしょう 白こうじみそ	さけ・大豆
5 (水)	ひじきのそぼろ煮	鶏肉・大豆	ひじき	こんにやく・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	鶏肉・大豆
	けんちん汁	油あげ・豆腐・かつお節				にんじん	ごぼう・だいこん しいたけ・ねぎ	酒・薄口しょうゆ・塩	大豆
	小型米粉パン		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
6 (木)	白身魚のバセリ揚げ	しいら		でんぷん	大豆油	バセリ		酒	大豆
	ポテトソテー			じゃがいも	なたね油	ほうれんそう	たまねぎ・とうもろこし	塩・こしょう・しょうゆ チキンコンソメ	鶏肉・小麦・大豆
	キャベツスープ	ベーコン					にんにく・キャベツ たまねぎ・枝豆	スープストック・塩 こしょう	豚肉・大豆
7 (金)	教給カレー			米・じゃがいも 粉あめ	なたね油	にんじん・トマト	とうもろこし たまねぎ しめじ	塩・カレー粉 香辛料	
	キムチごはん	豚肉		米	ごま油	にんじん	しょうが はくさいキムチ・ねぎ	酒・しょうゆ・塩	豚肉・ごま・大豆
	肉焼売	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 香辛料	鶏肉・小麦・豚肉 大豆
8 (火)	春雨の中華あえ			はるさめ・砂糖	なたね油	チンゲンサイ・にんじん	キャベツ・とうもろこし	薄口しょうゆ・米酢・塩	
	中華卵スープ	卵	わかめ	じゃがいも・でんぷん			たまねぎ	鶏がらスープ・中華だし 塩・こしょう 薄口しょうゆ	鶏肉・卵
	ソフトめん			小麦粉				塩	小麦
9 (水)	星型コロッケ	豚肉・鶏肉		小麦粉・パン粉 じゃがいも・でんぷん 砂糖・水あめ	豚脂・大豆油		たまねぎ	塩・香辛料	鶏肉・小麦・豚肉 大豆
	キャベツサラダ			こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん	キャベツ・きゅうり とうもろこし・レモン	薄口しょうゆ	
	夏野菜のミートソース	牛肉・豚肉			オリーブ油	にんじん・トマト	にんにく・たまねぎ なす・マッシュルーム	ハヤシルウ・ケチャップ ウスターソース スープストック・塩 こしょう	牛肉・豚肉・小麦 大豆
10 (月)	七夕デザート		寒天	砂糖・液糖・水あめ			みかん・ぶどう・レモン		
	はくはん			米					
	豚肉のごまみそ焼き	豚肉			ごま		しょうが	酒・しょうゆ・豆みそ みりん	豚肉・ごま
11 (火)	赤しそ和え			砂糖		にんじん・赤しそ	キャベツ・きゅうり	塩	
	豆腐のすまし汁	豆腐・かつお節		麩		にんじん	えのきたけ・だいこん ねぎ	薄口しょうゆ・塩	小麦・大豆
	麦ごはん			米・大麦					
12 (水)	アジの南蛮漬け	あじ		でんぷん・砂糖	大豆油	ピーマン	たまねぎ	酒・しょうゆ・米酢	大豆
	五目きんぴら	さつまあげ		こんにやく・三温糖	ごま油	にんじん・さやいんげん	ごぼう	酒・しょうゆ・和風だし みりん	ごま
	豚汁	豚肉 かつお節	いわし節			にんじん・かぼちゃ	なす・たまねぎ・ねぎ	酒・豆みそ 白こうじみそ	豚肉

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 えびかにかい小 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			
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			
12 (水)	コッパン 切れ目入り			脱脂粉乳	小麦粉・砂糖	ショートニング		塩・イースト	小麦・乳
	スティックハンバーグ	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・ケチャップ 香辛料
	ケチャップ							ケチャップ	
13 (木)	キャベツソテー					なたね油	にんじん	キャベツ・枝豆 とうもろこし	チキンコンソメ・塩 こしょう・しょうゆ
	トマトポテトスープ	ベーコン				じゃがいも	オリーブ油	トマト・パセリ	にんにく・たまねぎ スープストック・塩 こしょう
	高菜めし	卵			米・大麦		ごま油・大豆油・ごま		高菜漬け
14 (金)	焼鮎のかんろ煮	あゆ			砂糖・水あめ				しょうゆ
	ひこずり	豚肉			じゃがいも・三温糖	なたね油	にんじん・さやいんげん	たけのこ	酒・しょうゆ・麦みそ みりん
	つぼん汁	鶏肉・ちくわ・豆腐 かつお節			里いも・こんにやく		にんじん	だいこん・しいたけ	酒・みりん 薄口しょうゆ・塩
15 (土)	麦ごはん(委託)					米・大麦			
	豆腐ナゲット	豆腐・大豆たんぱく いとよりだい・豆乳			小麦粉・でんぷん・砂糖	大豆油	にんじん	とうもろこし・枝豆 たまねぎ	塩・黒こしょう 発酵調味料
	ごぼうサラダ					砂糖	なたね油	にんじん	ごぼう・きゅうり・枝豆 とうもろこし
16 (日)	夏野菜カレー	豚肉・豆乳				なたね油	かぼちゃ・赤ピーマン	しょうが・にんにく なす・たまねぎ・りんご	赤ワイン ノンアレルギーカレールウ ウスターソース ケチャップ・塩 カレー粉・ローレル スープストック
	麦ごはん					米・大麦			
	豚肉のしょうが焼き	豚肉						しょうが	しょうゆ・みりん・酒
17 (月)	なすのみそ炒め	豚肉			砂糖・でんぷん	なたね油	甘長ピーマン・にんじん	なす・たまねぎ	豆みそ・しょうゆ・酒
	沢煮わん	かつお節・かまぼこ			こんにやく		にんじん・みつば	ごぼう・だいこん	酒・薄口しょうゆ・塩
	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
18 (火)	フィッシュフライ	たら			小麦粉・パン粉 加工でんぷん	大豆油		塩・こしょう	小麦・大豆
	ノンエッグタルタルソース						ノンエッグタルタルソース		
	カラフルソテー					なたね油	赤ピーマン・黄ピーマン 甘長ピーマン	キャベツ・とうもろこし	スープストック・塩 こしょう
19 (水)	ミネストローネ	ウインナー・大豆			マカロニ		にんじん・トマト ブロッコリー かぼちゃ・パセリ	たまねぎ	スープストック・塩 こしょう
	麦ごはん					米・大麦			
	カリカリチキンのねぎソース	鶏肉			でんぷん・三温糖	大豆油・ごま油		しょうが・ねぎ	しょうゆ・酒・米酢
20 (木)	梅おかあえ	花かつお			砂糖		にんじん	だいこん・きゅうり キャベツ・梅	塩・薄口しょうゆ みりん
	おくらと冬瓜のみそ汁	豚肉・豆腐 かつお節	いわし節				オクラ	とうがんとえのきたけ ねぎ	酒・白こうじみそ 麦みそ
	シークワーサーゼリー					砂糖・液糖		シークワーサー	



★ 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。

※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・かにかい・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・まつたけ・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。

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・白こうじみそ・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、未表示のものがあります。

④ 魚については、えび・かにかい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。