

令和6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28品目 えびかに小麦そば 卵乳落花生くるみ 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 (水)	コッペパン		脱脂粉乳	小麦粉・砂糖	ショートニング			塩・イースト	小麦・乳
	ししゃものお茶揚げ		ししゃも	小麦粉・でんぷん	大豆油	茶		塩	小麦・大豆
	きゅうりのトマトドレッシングサラダ			砂糖	なたね油	こまつな・トマト	きゅうり・だいこん とうもろこし	米酢・塩・薄口しょうゆ	
	野菜とたまごのスープ	ベーコン・卵		じゃがいも		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・卵
2 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	豚肉の照り焼き	豚肉				しょうが・りんご	しょうゆ・酒・みりん	豚肉・りんご	
	たけのこのきんぴら	豚肉		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・豆みそ	豚肉
	わかめと豆腐のすまし汁	豆腐・かまぼこ かつお節	わかめ			しめじ・たまねぎ	薄口しょうゆ・塩	大豆	
	こどもの日デザート	豆乳		砂糖・液糖・ぶどう糖		りんご・レモン		りんご・大豆	
7 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	鶏肉のからあげ	鶏肉		でんぷん	大豆油				鶏肉・大豆
	五色あえ	花かつお				こまつな・にんじん	きゅうり・もやし		
	糸かまぼこのすまし汁	かまぼこ・かつお節		こんにやく		にんじん	たまねぎ・ごぼう しいたけ・ねぎ	薄口しょうゆ・塩	
8 (水)	米粉ロールパン		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
	ミートオムレツ	大豆たんぱく・鶏肉・卵		でんぷん・砂糖	なたね油・大豆油		たまねぎ	チキンブイヨン しょうゆ・米酢 黒こしょう	卵・鶏肉・小麦・大豆
	カラフルポテトソテー			じゃがいも	なたね油	にんじん・パセリ	枝豆・とうもろこし	コンソメ・しょうゆ・塩 こしょう	大豆
	クリームスープ	鶏肉	牛乳・生クリーム		なたね油	にんじん・ブロッコリー パセリ	たまねぎ・白菜 マッシュルーム	酒・スープストック・塩 こしょう・ホワイトルウ	鶏肉・小麦・豚肉・乳
9 (木)	はくはん			米					
	さわらの香味焼き	さわら				しょうが・ねぎ	しょうゆ・酒・みりん		
	ひじきのそぼろ炒め	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	しょうゆ・酒・みりん	酒・しょうゆ・和風だし	鶏肉・大豆
	春野菜のみそ汁	油あげ かつお節	いわし節	じゃがいも		にんじん	キャベツ・たまねぎ ねぎ	豆みそ・麦みそ	大豆
10 (金)	ソフトめん			小麦粉				塩	小麦
	小魚と大豆の揚げがらめ	大豆	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	大豆
	こんにやく入りキャベツサラダ			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	
	ミートソース	豚肉・牛肉			オリーブ油	にんじん・トマト	にんにく・たまねぎ マッシュルーム	ケチャップ・ハヤシルウ ウスターソース スープストック・塩・こしょう デミグラスソース	牛肉・鶏肉・豚肉 小麦・大豆
13 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	春巻き	大豆粉・豚肉		小麦粉・コーンスターチ はるさめ・砂糖・水あめ コンフラワー	なたね油	にんじん	キャベツ・たまねぎ しいたけ・しょうが	ブイヨン・塩・しょうゆ	小麦・豚肉・大豆
	豚キムチ丼の具	豚肉		しらたき・三温糖	ごま油	にんじん	にんにく・しょうが・ねぎ たまねぎ・はくさいキムチ	酒・しょうゆ・塩 鶏がらスープ	ごま・鶏肉・豚肉 大豆
	キャベツと春雨のスープ			はるさめ		にんじん・チンゲンサイ	キャベツ	中華だし・酒・鶏豚湯 塩・こしょう・薄口しょうゆ	豚肉・鶏肉
14 (火)	はくはん			米					
	さばの竜田揚げ	さば		でんぷん	大豆油	しょうが	しょうゆ・酒・塩	さば・大豆	
	五目豆	鶏肉・大豆		こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん	ごぼう・枝豆 みりん・酒	鶏肉・大豆	
	けんちん汁	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
15 (水)	黒コッペパン		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
	ハンバーグのデミグラスソースがけ	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 ウスターソース 赤ワイン・デミグラスソース	鶏肉・豚肉・小麦 大豆
	アスパラガスのソテー	ベーコン			なたね油	グリーンアスパラガス	コンソメ・しょうゆ・塩 こしょう	豚肉	
	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 かぼちゃ・パセリ	たまねぎ	スープストック・塩 こしょう	豚肉・小麦・大豆
16 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	豚肉のたまねぎソース	豚肉		砂糖			たまねぎ	酒・塩・こしょう しょうゆ・みりん	豚肉
	赤しそ和え			砂糖		にんじん・赤しそ	キャベツ・きゅうり	塩	
	たけのこのみそ汁	豆腐 かつお節	わかめ いわし節	じゃがいも		にんじん	たけのこ・えのきたけ	豆みそ・麦みそ	大豆
17 (金)	麦ごはん(委託)			米・大麦					
	じゃがいもから揚げ			じゃがいも	大豆油・パーム油			塩・こしょう	大豆
	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	薄口しょうゆ・米酢・塩	大豆
	チキンカレー	鶏肉・豆乳			なたね油	にんじん・トマト	にんにく・たまねぎ マッシュルーム・りんご	ローレル・こしょう スープストック・ケチャップ ウスターソース ノンアレルギーカレールウ	りんご・鶏肉・大豆

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 卵乳落花生くるみ 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		
20 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	厚揚げの肉みそがけ	生揚げ・鶏肉		中双糖・でんぷん	なたね油		しょうが	豆みそ・酒・みりん	大豆・鶏肉
	西美濃野菜のおひたし	花かつお		砂糖		こまつな・にんじん	きゅうり・もやし	みりん・薄口しょうゆ	小麦・大豆
	沢煮わん	かつお節		こんにやく		にんじん・みつば	ごぼう・だいこん しいたけ	酒・薄口しょうゆ・塩	
21 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	あじのしょうが焼き	あじ			なたね油		しょうが	しょうゆ・みりん・塩	
	切り干し大根のあえ物			砂糖	なたね油・ごま	にんじん・こまつな	切り干し大根	しょうゆ・和風だし・塩	ごま
	豚汁	豚肉・豆腐 かつお節		いわし節		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
22 (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
	フィッシュフライ	大豆たんぱく・たら		小麦粉・パン粉 コーンスターチ	なたね油・大豆油			塩・こしょう	小麦・大豆
	中濃ソース							ソース	りんご・大豆
	キャベツソテー				なたね油	にんじん	キャベツ・しめじ	チキンコンソメ・塩 こしょう・しょうゆ	鶏肉・小麦・大豆
	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	豚肉
23 (木)	はくはん			米					
	鶏肉のねぎみそ焼き	鶏肉		砂糖	なたね油		しょうが・ねぎ	酒・しょうゆ・みりん 豆みそ	鶏肉
	新じゃがのきんぴら			こんにやく・じゃがいも 砂糖	なたね油	にんじん・こまつな		和風だし・しょうゆ	
	麩のすまし汁	かまぼこ・油あげ かつお節		麩		にんじん	だいこん・ごぼう たまねぎ・ねぎ	薄口しょうゆ・塩 こしょう	小麦・大豆
24 (金)	麦ごはん			米・大麦					
	揚げショウロンポウ	豚肉		小麦粉・でんぷん はるさめ・砂糖	ごま油・豚脂 ショートニング・大豆油		キャベツ・たけのこ たまねぎ・しいたけ しょうが	発酵調味料・塩 しょうゆ オイスターソース	ごま・小麦・豚肉 大豆
	チンゲンサイのナムル			砂糖	なたね油	チンゲンサイ・にんじん	大豆もやし	米酢・鶏がらスープ 薄口しょうゆ	大豆・鶏肉
	中華コンソープ	鶏肉・豆腐				じゃがいも		酒・中華だし・塩 鶏豚湯・こしょう・薄口しょうゆ	豚肉・鶏肉・大豆
27 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	ちくわのカレー揚げ	ちくわ		小麦粉	大豆油			カレー粉	小麦・大豆
	きんぴらごぼう			こんにやく・三温糖	なたね油	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	
	親子丼の具	鶏肉・かまぼこ・卵		砂糖・でんぷん		にんじん	たまねぎ・しいたけ ねぎ	酒・和風だし 薄口しょうゆ・塩 みりん	鶏肉・大豆・卵
28 (火)	はくはん			米					
	かつおの黒潮ソース	かつお		でんぷん・中双糖	大豆油		しょうが	酒・しょうゆ・梅じしお みりん	りんご・大豆
	青菜と豚肉の炒め物	豚肉			なたね油	こまつな	キャベツ・とうもろこし しめじ	オイスターソース しょうゆ・塩・こしょう	豚肉
	たぬき汁	油あげ かつお節		いわし節		こんにやく・里いも	しょうが・ごぼう だいこん・ねぎ	白こうじみそ・豆みそ	大豆
29 (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
	ウインナー								豚肉
	フルーツジュレ				液糖・水あめ			みかん・バインアップル もも・りんご・アセロラ	もも・りんご
	焼きそば	豚肉・花かつお		青のり	中華めん	にんじん	キャベツ 白しょうが漬け	塩・こしょう 焼きそばソース スープストック	りんご・小麦・豚肉 大豆
30 (木)	コーンピラフ	ウインナー			なたね油	パセリ	たまねぎ・とうもろこし	白ワイン・こしょう マッシュルーム・塩	豚肉
	鶏肉のパン粉焼き	鶏肉				パン粉	ほうれんそう	酒・塩	小麦・鶏肉
	グリーンサラダ						キャベツ・きゅうり		
	サウザンドドレッシング							サウザンドドレッシング	
	キャロットポタージュ	豆乳	牛乳			にんじん・パセリ	たまねぎ	塩・こしょう ホワイトルウ スープストック	小麦・豚肉・乳・大豆
31 (金)	麦ごはん			米・大麦					
	いわしのしょうが煮	いわし		でんぷん・砂糖			しょうが	みりん・塩・しょうゆ	小麦・大豆
	肉じゃが	豚肉		しらたき・じゃがいも 中双糖	なたね油	にんじん	たまねぎ・枝豆	酒・しょうゆ・和風だし みりん	豚肉・大豆
	厚揚げとたまねぎのみそ汁	生揚げ かつお節		いわし節		にんじん	たまねぎ・だいこん ねぎ	麦みそ・白こうじみそ	大豆

※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・小麦・そば・卵・乳・落花生(ピーナッツ)・くるみ
 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
- 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
 - 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。
 - 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、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。