

令和6年度 6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 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		
3 (月)	麦ごはん	米・大麦		米・大麦					
	肉だんご	鶏肉		でんぷん・砂糖	大豆油	トマト	たまねぎ	発酵調味料・塩	鶏肉・大豆
	トマトあんからめ	えんどう豆たんぱく						香辛料・米酢・しょうゆ	
	きゅうりと大根のごま和え				ごま	にんじん	きゅうり・だいこん	しょうゆ	ごま
	なすのみそ汁	豆腐・油あげ かつお節	いわし節				なす・えのきたけ・ねぎ	白こじみそ	大豆
4 (火)	赤しごはん			米・大麦・砂糖		赤しそ		塩	
	いかメンチカツ	たら・いか 粉かつお		小麦粉・パン粉 でんぷん・砂糖	米油・大豆油		キャベツ・しょうが	塩・こしょう かつおだし	いか・小麦・さば 大豆
	じゃがいものカレー煮	豚肉		じゃがいも・砂糖	なたね油	にんじん・さやいんげん	たまねぎ	酒・しょうゆ・塩・カレー粉	豚肉
	きのこ汁	豆腐・かつお節				ほうれんそう	しめじ・しいたけ なめこ・だいこん	薄口しょうゆ・塩	大豆
5 (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
	スティックハンバーグ	大豆たんぱく・豚肉 鶏肉		パン粉・砂糖 水あめ	豚脂		たまねぎ	塩・こしょう	鶏肉・小麦・豚肉 大豆
	ケチャップ							ケチャップ	
	かみかみサラダ			砂糖	なたね油・アーモンド	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	アーモンド・大豆
	豆のミルクスープ	ベーコン・ひよこ豆 赤いんげん豆・大豆	牛乳		なたね油	にんじん・パセリ	たまねぎ・キャベツ	ホワイトルウ・こしょう スープストック・塩	豚肉・小麦・大豆・乳
6 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	鶏肉のしょうが焼き	鶏肉					しょうが	しょうゆ・酒・みりん	鶏肉
	厚揚げと野菜の炒め物	厚揚げ		砂糖・でんぷん	なたね油	にんじん・こまつな	たけのこ・キャベツ	中華だし・白こじみそ しょうゆ	大豆
	切り干し大根のみそ汁	かつお節	わかめ いわし節	しらたき			切り干し大根 えのきたけ・ねぎ	豆みそ	
7 (金)	ソフトめん			小麦粉				塩	小麦
	小魚のからあげ		きびなご	さつまいもでんぷん コーンスターチ・でんぷん	大豆油			塩	大豆
	わかめサラダ		わかめ	砂糖	なたね油		だいこん・きゅうり とうもろこし・レモン	薄口しょうゆ・米酢・塩	
	肉みそソース	鶏肉		砂糖・でんぷん	なたね油	にんじん	しょうが・たまねぎ たけのこ・グリーンピース	酒・豆みそ・中華だし 塩	鶏肉
10 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	いわしの梅煮	花かつお	いわし	でんぷん・砂糖・水あめ				発酵調味料・梅加工品 塩・しょうゆ・昆布だし・梅酢	小麦・大豆
	ごぼうとこんにゃくのきんぴら	さつまあげ		こんにゃく・三温糖	なたね油	にんじん・ピーマン	ごぼう	しょうゆ・和風だし 一味唐辛子	
	豆乳みそ汁	鶏肉・油あげ かつお節・豆乳	いわし節	じゃがいも		にんじん・こまつな	キャベツ・しめじ	酒・白こじみそ	鶏肉・大豆
11 (火)	キムチチャーハン	豚肉		米・大麦	ごま油	にんじん	にんにく はくさい・キムチ・ねぎ ねぎ	酒・しょうゆ・塩 中華だし	豚肉・ごま・大豆 大豆
	厚揚げのねぎたれかけ	生揚げ		砂糖・でんぷん				酒・しょうゆ・米酢	
	春雨のサラダ			はるさめ・砂糖	なたね油	にんじん	キャベツ・とうもろこし	薄口しょうゆ・米酢・塩	
	チンゲン菜のスープ	かまぼこ				チンゲンサイ	たまねぎ・たけのこ	鶏がらスープ・中華だし 塩・こしょう・薄口しょうゆ	鶏肉
12 (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
	鶏肉のあんからめ	鶏肉		でんぷん・砂糖	大豆油			酒・しょうゆ・ケチャップ ウスターソース・中華だし	鶏肉・大豆
	ポテトと豆のサラダ	大豆		じゃがいも		枝豆・とうもろこし			大豆
	ごまドレッシング				ごまドレッシング				ごま
	コンソメスープ	ベーコン			なたね油	にんじん・ほうれんそう	たまねぎ・キャベツ	塩・こしょう・コンソメ	豚肉
13 (木)	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
	梅おかか和え	花かつお		液糖・水あめ・砂糖		にんじん・赤しそ	だいこん・きゅうり	りんご酢・梅加工品 塩・醸造酢・薄口しょうゆ	りんご
	玉ねぎのみそ汁	油あげ・かつお節	わかめ・いわし節	じゃがいも			たまねぎ・えのきたけ	白こじみそ	大豆
14 (金)	麦ごはん(委託)			米・大麦					
	オムレツ	卵		でんぷん・砂糖	大豆油			塩・醸造酢	卵・大豆
	コーンキャベツ				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	鶏肉・小麦・大豆
	トマトチキンカレー	鶏肉・豆乳		じゃがいも	なたね油	にんじん・トマト	にんにく・しょうが たまねぎ・りんご	酒・ケチャップ・スープストック ウスターソース・こしょう ノンアレルギーカレー カレー粉・ローレル・塩	りんご・鶏肉・大豆



★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。

※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 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			
17 (月)	麦ごはん			米・大麦						
	さわらのマヨネーズ焼き	さわら			ノンエッグマヨネーズ			塩・こしょう・酒 白こじみそ	大豆	
	大根のしょうが和え	花かつお				にんじん	だいこん・きゅうり しょうが	しょうゆ・みりん		
	厚揚げのみそ汁	厚揚げ かつお節	わかめ いわし節				たまねぎ・キャベツ ねぎ	豆みそ	大豆	
18 (火)	麦ごはん			米・大麦						
	大豆とごぼうの揚げがらめ	大豆		でんぷん・砂糖	大豆油		ごぼう	しょうゆ・みりん・酒	大豆	
	塩豚丼の具	豚肉			なたね油	にんじん	しょうが・にんにく たまねぎ・ねぎ	酒・鶏がらスープ・塩	豚肉・鶏肉	
	青菜のすまし汁	かつお節				こまつな・ほうれんそう	えのきたけ・だいこん	薄口しょうゆ・塩	小麦	
	冷凍南蛮みかん						みかん			
19 (水)	黒パン		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	ほき		でんぷん・砂糖	大豆油		レモン	酒・しょうゆ	大豆	
	きゅうりのナッツサラダ			砂糖	なたね油・アーモンド	赤ピーマン	きゅうり・キャベツ とうもろこし	米酢・薄口しょうゆ・塩	アーモンド	
	トマトポテトスープ	ベーコン		じゃがいも	なたね油	トマト・にんじん・パセリ	にんにく・たまねぎ	スープストック・塩・こしょう	豚肉	
20 (木)	麦ごはん			米・大麦						
	鶏肉の香味焼き	鶏肉					にんにく・しょうが・ねぎ	酒・みりん・しょうゆ・塩	鶏肉	
	ひじきとツナの煮物	まぐろ油漬け・油あげ	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	
	なめこ汁	豆腐 かつお節	わかめ いわし節				なめこ・だいこん・ねぎ	豆みそ	大豆	
	うどん	小麦たんぱく		小麦粉				塩	小麦	
21 (金)	ししゃもの天ぷら		ししゃも・青のり	小麦粉・でんぷん	大豆油				小麦・大豆	
	じゃがいものそぼろ煮	豚肉・高野豆腐		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	
	五目うどんの汁	鶏肉・油あげ・かまぼこ かつお節				にんじん	しいたけ・ねぎ	酒・しょうゆ・塩 みりん	鶏肉・大豆	
24 (月)	麦ごはん			米・大麦						
	フーヨーハイ	卵・かに			タピオカでんぷん 砂糖	ごま油・なたね油 大豆油	にんじん	たけのこ・ねぎ しいたけ	みりん・チキンスープ しょうゆ・醸造酢・中華だし 薄口しょうゆ・米酢	かに・卵・鶏肉・小麦 大豆・ごま
	ピビンバ	牛肉・豚肉			砂糖	なたね油	にんじん・ほうれんそう	にんにく・しょうが しいたけ・大豆もやし	豆板醤・酒・しょうゆ	牛肉・豚肉 大豆
	ワンタンスープ				ワンタン		チンゲンサイ	鶏がらスープ・塩・こしょう 薄口しょうゆ・中華だし	小麦・鶏肉	
25 (火)	はくはん			米						
	焼きさばの梅だれ	さば			砂糖		レモン	酒・塩・梅加工品 薄口しょうゆ	さば・りんご	
	せん切りじゃがいもの和え物			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	大豆・鶏肉	
	モロヘイヤのみそ汁	豆腐				モロヘイヤ	なめこ・だいこん	白こじみそ 鶏がらスープ	大豆・鶏肉	
26 (水)	食パン		脱脂粉乳	小麦粉・砂糖	ショートニング			塩・イースト	小麦・乳	
	ハンバーグトマトソース	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・こしょう・ケチャップ ウスターソース	鶏肉・豚肉・大豆
	こんにゃくサラダ						だいこん・きゅうり キャベツ・とうもろこし			
	青じそドレッシング							青じそドレッシング		
	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	
27 (木)	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・砂糖 じゃがいも・コーンスターチ	なたね油・大豆油		枝豆	塩・こしょう	小麦・大豆	
	ポテトと青菜のソテー	ベーコン		じゃがいも	なたね油	チンゲンサイ	たまねぎ	塩・こしょう	豚肉	
	ドライカレー	鶏肉・豚肉		米粉	なたね油	にんじん・赤ピーマン トマト	しょうが・にんにく たまねぎ・とうもろこし	こしょう・酒・カレー粉 塩・ガラムマサラ ウスターソース・ケチャップ	豚肉・鶏肉	
28 (金)	はくはん			米						
	あじの南蛮漬	あじ		でんぷん・砂糖	大豆油	にんじん・パセリ	たまねぎ	しょうゆ・米酢	大豆	
	高野豆腐のピリ辛煮	豚肉・高野豆腐		砂糖・でんぷん	なたね油	にんじん	しょうが・にんにく	豆板醤・酒・中華だし	豚肉・大豆	
	冬瓜汁	かまぼこ・かつお節			はるさめ	こまつな	とうがん・えのきたけ しょうが	薄口しょうゆ・塩		

※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・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。