

令和6年度 9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			
	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		
2 (月)	麦ごはん チキンのねぎソース 塩昆布あえ			米・大麦 でんぶん・三温糖			しょうが・ねぎ きゅうり・キャベツ もやし	しょうゆ・酒・米酢 みりん・薄口しょうゆ	鶏肉・大豆・ごま 小麦・大豆
3 (火)	麦ごはん さげのおろしかけ 青菜の炒め物			米・大麦 砂糖				塩・酒・薄口しょうゆ みりん	さげ
4 (水)	おくらと冬瓜のみそ汁 コッペパン 肉団子のトマトソース	豚肉・豆腐 かつお節	いわし節			オクラ	とうがん・えのきたけ ねぎ	酒・白ごじみそ 小麦	豚肉・大豆
5 (木)	麦ごはん さばの竜田揚げ 五目豆 なすのみそ汁			米・大麦 でんぶん	大豆油		しょうが ごぼう・枝豆	しょうゆ・酒・塩 和風だし・しょうゆ みりん・酒	さば・大豆 大豆
6 (金)	麦ごはん 豆腐ハンバーグ ごぼうサラダ 夏野菜カレー	えんどう豆たんぱく 鶏肉・豚肉	脱脂粉乳	小麦粉・砂糖 でんぶん・砂糖	ショートニング		たまねぎ	塩・イースト 発酵調味料・塩 こしょう・赤ワイン ケチャップ ウスターソース しょうゆ	小麦・乳 豚肉・鶏肉
7 (土)	麦ごはん 小籠包 野菜のナムル 麻婆豆腐			米・大麦 小麦たんぱく・豚肉 鶏肉			たまねぎ	塩・しょうゆ・こしょう 塩・酒・こしょう	鶏肉・小麦・豚肉 大豆
8 (日)	麦ごはん あじの南蛮づけ きんぴらごぼう なめこのみそ汁			米 でんぶん・砂糖	大豆油		たまねぎ	酒・しょうゆ・米酢 酒・しょうゆ・和風だし みりん	大豆
9 (月)	米粉パン オムレツ 大根サラダ ベーコンと野菜の クリームスープ		脱脂粉乳	小麦粉・米粉・砂糖 でんぶん コーンスターチ・砂糖	ショートニング 大豆油			塩・イースト 塩・酢	小麦・乳 卵・大豆
10 (火)	麦ごはん ちくわのカレー揚げ なすのみそ炒め 沢煮わん			米・大麦 小麦粉・米粉	大豆油		たまねぎ	しょうゆ・米酢 酒・豆みそ・しょうゆ	小麦・大豆 豚肉
11 (水)	麦ごはん ソフトめん ペイクドポテト こんにやく入りキャベツサラダ			米・大麦 小麦粉			たまねぎ	酒・しょうゆ・米酢 酒・薄口しょうゆ・塩 みりん	大豆
12 (木)	麦ごはん ちくわのカレー揚げ なすのみそ炒め 沢煮わん	ちくわ 豚肉		小麦粉・米粉 砂糖・でんぶん	大豆油		たまねぎ	カレー粉 酒・豆みそ・しょうゆ	小麦・大豆 豚肉
13 (金)	麦ごはん 厚揚げの肉みそかけ さつまいものきんぴら ごも汁	豚肉・牛肉		米・大麦 小麦粉・米粉 砂糖	大豆油		たまねぎ	しょうゆ・米酢 酒・薄口しょうゆ・塩 みりん	小麦・大豆 鶏肉・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・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			
	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 (火)	麦ごはん 十五夜バーグ さといもと大根の煮物 月見汁 お月見デザート			米・大麦 砂糖	豚脂		たまねぎ・しょうが にんにく	しょうゆ・酒・米酢 みりん・薄口しょうゆ	鶏肉・豚肉・大豆
18 (水)	黒コッペパン 白身魚のフリッター ジャーマンポテト ミネストローネ			小麦粉・黒砂糖・砂糖・カラメル 小麦粉・コーンスターチ 砂糖・米粉	ショートニング 大豆油			塩・イースト 塩・ベーキングパウダー	小麦・乳 小麦・大豆
19 (木)	麦ごはん 鶏肉のトマトおろしだれ 西美濃野菜のおひたし けんちんじる			米・大麦 砂糖・でんぶん			たまねぎ	しょうが・たまねぎ きゅうり漬け	酒・しょうゆ・みりん 米酢
20 (金)	麦ごはん(委託) ししゃもの磯部揚げ 切り干し大根ときのこの 炒め煮 ごまキムチ汁			米・大麦 小麦粉・でんぶん	大豆油			しょうゆ・和風だし みりん	小麦・大豆
24 (火)	はくはん 白身魚のねぎみそ焼き ひじきのそぼろ炒め 豆腐ときのこのすまし汁			米 砂糖			たまねぎ	しょうが・ねぎ 酒・しょうゆ・みりん 豆みそ	小麦・乳 小麦・大豆
25 (水)	小型パン 野菜コロッケ フルーツジュレ 塩焼きそば			小麦粉・砂糖 小麦粉・パン粉 じゃがいも・でんぶん 砂糖	ショートニング 大豆油			しょうが・ねぎ 酒・しょうゆ・みりん 豆みそ	小麦・乳 小麦・大豆
26 (木)	麦ごはん さんまのかば焼き風 赤しそ和え 豚汁			米・大麦 米粉・中砂糖・でんぶん				しょうが 酒・しょうゆ・みりん 和風だし	小麦・豚肉・鶏肉
27 (金)	キムたくごはん 鶏肉のヤンニョムソース 春雨サラダ パン・パンジードレッシング 中華卵スープ			米 でんぶん・砂糖	なたね油 大豆油			たくあん漬け はくさいキムチ・ねぎ こしょう・中華だし	豚肉・大豆 鶏肉・大豆
30 (月)	麦ごはん 厚揚げの肉みそかけ さつまいものきんぴら ごも汁			米・大麦 中砂糖・でんぶん	なたね油			しょうが 酒・豆みそ・酒・みりん 和風だし・しょうゆ	大豆・鶏肉

※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
- 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。

- ★ 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>からもご覧いただけます。