

令和6年度 12月こんだて材料表

日 (曜)	3つの食品群 6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			
		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			米・大麦					
	鶏肉のトマトだれ	鶏肉		米粉・砂糖・でんぶん		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	鶏肉
	きゅうりの塩昆布和え		塩こんぶ	砂糖		にんじん	きゅうり・キャベツ もやし	みりん・薄口しょうゆ	小麦・大豆
	糸かまぼこのすまし汁	かまぼこ・かつお節				にんじん	たまねぎ・ごぼう しいたけ・ねぎ	薄口しょうゆ・塩	
3 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	ししゃものカレー揚げ		ししゃも	でんぶん・小麦粉	大豆油			カレー粉	小麦・大豆
	じゃがいものきんぴら			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 みりん	
	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 白こうじみそ	豚肉・大豆
4 (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
	フランクフルト	ウインナー							豚肉
	チリコンカン	鶏肉・大豆		じゃがいも	なたね油	にんじん・トマト	にんにく・たまねぎ	塩・こしょう・コンソメ ケチャップ ウスターソース チリパウダー	鶏肉・大豆
	キャベツスープ					にんじん・パセリ	キャベツ・えのきたけ とうもろこし	スープストック・塩 こしょう	
5 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	さわらのねぎみそかけ	さわら		砂糖			しょうが・ねぎ	酒・しょうゆ・みりん 豆みそ	
	大根と豚肉の炒め煮	豚肉		じゃがいも・砂糖	なたね油	にんじん	しめじ・だいこん	和風だし・酒・しょうゆ みりん	豚肉
	麩のすまし汁	かつお節		麩			たまねぎ・たけのこ ごぼう・ねぎ	薄口しょうゆ・塩	小麦
6 (金)	麦ごはん			米・大麦					
	豚肉のきのこあんからめ	豚肉		でんぶん・砂糖	大豆油		しょうが・えのきたけ エリンギ	酒・しょうゆ・みりん	豚肉・大豆
	根菜サラダ			砂糖	なたね油	にんじん	ごぼう・れんこん きゅうり・とうもろこし	薄口しょうゆ・米酢・塩	
	白菜のみそ汁	豆腐 かつお節	いわし節			にんじん	白菜・もやし・ねぎ	麦みそ・白こうじみそ	大豆
9 (月)	はくはん			米					
	コロッケ	大豆たんぱく・豚肉		小麦粉・パン粉 じゃがいも コーンスターチ・砂糖	なたね油・マーガリン 大豆油		たまねぎ	発酵調味料・塩 しょうゆ・こしょう	小麦・豚肉・大豆
	高野豆腐の卵とじ	高野豆腐・卵		砂糖		にんじん・みつば	たまねぎ・しいたけ	酒・和風だし 薄口しょうゆ・みりん	大豆・卵
	さわにわん	かつお節・豚肉					ごぼう・だいこん えのきたけ・ねぎ	酒・薄口しょうゆ・塩 黒こしょう	豚肉
10 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	小籠包	小麦たんぱく・豚肉 鶏肉		小麦粉・パン粉 でんぶん・砂糖			たまねぎ	塩・しょうゆ・こしょう	鶏肉・小麦・豚肉 大豆
	豚ブルコギ丼の具	豚肉		砂糖・でんぶん	なたね油	にんじん・にら	しょうが・にんにく たまねぎ・もやし	酒・こしょう・豆みそ ウスターソース しょうゆ・みりん コチュジャン	豚肉・大豆
	豆腐チゲ	豚肉・豆腐					にんにく・白菜 えのきたけ・ねぎ はくさいキムチ	酒・和風だし 白こうじみそ・豆みそ	豚肉・大豆
11 (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
	白身魚のカレー揚げ	ボラ		でんぶん	大豆油			酒・カレー粉	大豆
	ほうれん草ときのこのソテー	ベーコン			オリーブ油	ほうれんそう	キャベツ・とうもろこし しめじ	スープストック・塩 こしょう	豚肉
	冬野菜のクリームスープ		牛乳		なたね油	にんじん・パセリ	たまねぎ・白菜・ごぼう れんこん	スープストック・塩 こしょう・ホワイトルウ 白こうじみそ	小麦・豚肉・乳
12 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	豚肉のたまねぎソース	豚肉		砂糖	なたね油		たまねぎ	酒・塩・こしょう しょうゆ	豚肉
	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	
	大根と里芋のみそ汁	豆腐 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	大豆
13 (金)	ソフトめん			小麦粉				塩	小麦
	ベイクドポテト			じゃがいも・ぶどう糖	植物油脂・パーム油	にんにく		塩・こしょう	
	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
	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・こしょう デミグラスソース スープストック・塩	牛肉・鶏肉・豚肉 小麦・大豆

※牛乳は、毎日つきます。

日 (曜)	3つの食品群 6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			
		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 (月)	はくはん			米					
	さばの塩焼き	さば						塩	さば
	赤しそ和え			砂糖		にんじん・赤じそ	キャベツ・きゅうり	塩	
17 (火)	さつまいものみそ汁	豆腐 かつお節	いわし節	さつまいも		にんじん	たまねぎ・えのきたけ ねぎ	白こうじみそ	大豆
	麦ごはん			米・大麦					
	ちくわの磯辺揚げ 豚肉の根菜どんぶりの具	ちくわ 豚肉	青のり	でんぶん・米粉 しらたき・三温糖	大豆油	にんじん・さやいんげん	しょうが・たまねぎ ごぼう・れんこん	酒・しょうゆ・和風だし みりん	大豆 豚肉
18 (水)	わかめのすまし汁	豆腐・かつお節	わかめ				たまねぎ・えのきたけ	薄口しょうゆ・塩	大豆
	食パン		脱脂粉乳	小麦粉・砂糖	ショートニング		塩・イースト	塩・小麦・乳	
	ハンバーグ ケチャップ	大豆たんぱく・鶏肉		じゃがいも・砂糖	豚脂		たまねぎ	塩	鶏肉・豚肉・大豆
19 (木)	ジャーマンポテト	ベーコン		じゃがいも	なたね油	パセリ	たまねぎ	コンソメ・塩・こしょう	豚肉
	白菜とかぶのスープ	鶏肉				にんじん・パセリ	しめじ・白菜・かぶ	白ワイン スープストック・塩 こしょう	鶏肉
	麦ごはん オムレツ 西美濃野菜のサラダ			米・大麦 加工でんぶん・砂糖	大豆油			塩・穀物酢	卵・大豆
20 (金)	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・たまねぎ マッシュルーム・りんご	薄口しょうゆ・米酢・塩	
	麦ごはん(委託)			米・大麦					
	かぼちゃの肉みそがらめ 五目ひじき みぞれ汁	鶏肉 豚肉・大豆 かまぼこ・かつお節	ひじき	でんぶん・中双糖 砂糖	大豆油 なたね油	かぼちゃ にんじん	しょうが ごぼう だいこん・しいたけ たまねぎ・ねぎ	豆みそ・酒・みりん 酒・和風だし・しょうゆ 薄口しょうゆ・塩	大豆・鶏肉 豚肉・大豆
23 (月)	ぎょうざ	大豆粉・大豆たんぱく 豚肉・鶏肉		米・大麦 小麦粉・米粉 コーンスターチ・砂糖	ごま油・なたね油・豚脂	にら	キャベツ・たまねぎ	酒・塩・しょうゆ オイスターソース	鶏肉・ごま・小麦 豚肉・大豆
	野菜のナムル			砂糖	なたね油	チンゲンサイ・にんじん	大豆もやし・だいこん	米酢・鶏がらスープ 薄口しょうゆ	大豆・鶏肉
	麻婆豆腐	豚肉・豆腐		砂糖・でんぶん	ごま油	にら	しょうが・にんにく ねぎ・たけのこ	豆板醤・酒・中華だし 豆みそ・しょうゆ	豚肉・ごま・大豆
24 (火)	はくはん			米					
	小魚のから揚げ	カマス		米粉・でんぶん	大豆油			塩・こしょう	大豆
	れんこんのみそきんぴら けんちん汁	豚肉 油あげ・豆腐・かつお節		三温糖	なたね油	にんじん・さやいんげん にんじん	れんこん ごぼう・だいこん しいたけ・ねぎ	酒・しょうゆ・豆みそ 酒・薄口しょうゆ・塩	豚肉 大豆
25 (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
	フライドチキン 花野菜サラダ	鶏肉		米粉・でんぶん	大豆油		にんにく	塩・こしょう・パプリカ	鶏肉・大豆
	ノンエッグマヨネーズ ミネストローネ				ノンエッグマヨネーズ	ブロッコリー・にんじん	カリフラワー・キャベツ とうもろこし		
26 (木)	お楽しみデザート	豆乳	寒天	砂糖・水あめ					大豆
	麦ごはん さけの甘酢だれ			米・大麦 砂糖・でんぶん					
	切り干し大根の煮物 根菜ごまキムチ汁	油あげ 豚肉 かつお節		砂糖	なたね油	にんじん・さやいんげん にんじん	切り干し大根・しいたけ れんこん・ねぎ はくさいキムチ	塩・酒・米酢 薄口しょうゆ ケチャップ しょうゆ・和風だし みりん 酒・みりん 白こうじみそ	さけ 大豆 豚肉・大豆・ごま

※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・パナナ・豚肉・マカダミアナッツ・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。

★ 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>
または、右側の二次元コードからもご覧いただけます。

