

令和7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			
	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			米・大麦					
	鶏肉のトマトおろしだれ	鶏肉		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 米酢	鶏肉
	新じゃがと新たまの炒め物	はんぺん		じゃがいも・砂糖	なたね油	にんじん・こまつな	たまねぎ	和風だし・しょうゆ みりん	
	なすのみそ汁	豆腐・油あげ かつお節	いわし節			にんじん	なす・えのきたけ・ねぎ	白こじみそ・豆みそ	大豆
3 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	ぎょうざ	大豆粉・大豆たんぱく 豚肉・鶏肉		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
	ブルコギ丼の具	豚肉		でんぶん	なたね油	にんじん・にら	にんにく・たまねぎ もやし	酒・こしょう・甜面醬 しょうゆ・コチュジャン ウスターソース・みりん	豚肉・小麦・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 白こじみそ・豆みそ	豚肉・大豆
4 (水)	黒食パン		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
	にしんのフリッター	にしん		でんぶん・米粉	ノンエッグマヨネーズ 大豆油	パセリ			大豆
	こんにゃく入り海藻サラダ		わかめ・茎わかめ まふのり・つのまた	こんにゃく・砂糖			きゅうり・だいこん とうもろこし	薄口しょうゆ・米酢	
	具材ゴロゴロミネストローネ	ウインナー・大豆				にんじん・トマト かぼちゃ	たまねぎ・キャベツ	スープストック・塩 こしょう	豚肉・大豆
5 (木)	はくはん			米					
	ちくわの赤しそ揚げ	ちくわ		砂糖・でんぶん・米粉	大豆油	赤しそ		塩	大豆
	高野豆腐のみそ炒め	鶏肉・高野豆腐		砂糖・でんぶん	なたね油		しょうが・たまねぎ キャベツ・もやし・しめじ	酒・和風だし・豆みそ みりん・しょうゆ	鶏肉・大豆
	さわにわん	かつお節・豚肉		こんにゃく		にんじん	たけのこ・ねぎ	酒・薄口しょうゆ・塩 黒こしょう	豚肉
6 (金)	麦ごはん			米・大麦					
	オムレツ	卵		でんぶん・砂糖	大豆油			塩・穀物酢	卵・大豆
	かみかみごぼうサラダ			砂糖	なたね油	にんじん	ごぼう・きゅうり とうもろこし	薄口しょうゆ・米酢・塩	
	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 りんご・枝豆	カレー粉・ローレル こしょう・ウスターソース スープストック・塩 ケチャップ ノンアレルギーカレールウ	りんご・鶏肉・大豆
9 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	トントนมみじの ひろしまソース	豚肉	青のり	でんぶん・じゃがいも 砂糖	大豆油		レモン	酒・ウスターソース 白こじみそ・ケチャップ	豚肉・大豆
	噛みってる！GoGo炒め			こんにゃく・砂糖	なたね油	にんじん・さやいんげん	ごぼう・エリンギ	酒・しょうゆ・豆みそ	
	大平汁	鶏肉・厚揚げ かつお節		里いも		にんじん	だいこん・しいたけ ねぎ	酒・薄口しょうゆ・塩	鶏肉・大豆
10 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	いわしの梅煮	いわし		でんぶん・砂糖		赤しそ		梅肉・みりん・塩 しょうゆ	小麦・大豆
	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 とうもろこし	しょうゆ・和風だし・塩	ごま
	わかめときのこのみそ汁	豆腐・かつお節	わかめ・いわし節	じゃがいも		にんじん	えのきたけ・しいたけ	豆みそ・白こじみそ	大豆
11 (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
	肉団子のケチャップソース	大豆たんぱく・鶏肉		でんぶん・水あめ・砂糖	大豆油		キャベツ・たまねぎ	塩・ケチャップ ウスターソース・しょうゆ	鶏肉・大豆
	キャベツソテー				なたね油	にんじん	キャベツ・しめじ とうもろこし	チキンコンソメ・塩 こしょう・しょうゆ	鶏肉・小麦・大豆
	ハンパキンスープ	ベーコン	牛乳			かぼちゃ・パセリ	たまねぎ	ホワイトルウ・こしょう スープストック・塩	豚肉・小麦・乳
12 (木)	はくはん			米					
	さわらのこうじ焼き	さわら					ねぎ	塩こうじ	
	新じゃがのそぼろ煮	豚肉		じゃがいも・砂糖 でんぶん	なたね油	にんじん・さやいんげん	たまねぎ	酒・和風だし・しょうゆ みりん	豚肉
	糸かまぼこのすまし汁	かまぼこ・かつお節				にんじん・こまつな	だいこん・えのきたけ しいたけ	薄口しょうゆ・塩	
13 (金)	ソフトめん			小麦粉				塩	小麦
	じゃがいものからあげ			じゃがいも	なたね油・大豆油 パーム油			塩	大豆
	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
	肉みそソース	鶏肉		砂糖・でんぶん	なたね油	にんじん	しょうが・たまねぎ たけのこ・枝豆	酒・豆みそ・中華だし 塩	鶏肉・大豆
16 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	豚肉のあんかけ	豚肉		砂糖・でんぶん	なたね油		たまねぎ・えのきたけ	酒・しょうゆ・みりん	豚肉
	たくあんあえ				ごま	にんじん	キャベツ・きゅうり たくあん漬け	薄口しょうゆ・塩	ごま
	厚揚げのみそ汁	厚揚げ かつお節	いわし節	じゃがいも			たまねぎ・だいこん ねぎ	豆みそ	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、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。



※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			
17 (火)	はくはん			米					
	さばの塩焼き	さば						酒・塩	さば
	なすのみそ炒め	豚肉		砂糖・でんぶん	なたね油	甘長ピーマン・にんじん	なす・たまねぎ	酒・豆みそ・しょうゆ	豚肉
	ペーめん汁	油あげ・かつお節		米類		にんじん・こまつな	だいこん・しいたけ	塩・薄口しょうゆ	大豆
18 (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
	スパイシーチキン	鶏肉		でんぶん	大豆油		にんにく	カレー粉・こしょう・塩	鶏肉・大豆
	青菜のソテー				なたね油	ほうれんそう	キャベツ・しめじ とうもろこし	スープストック・塩 こしょう	
	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	豚肉
19 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	あじのトマトだれ	あじ		砂糖・でんぶん	なたね油	トマト		塩・酒・しょうゆ	
	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	にんじん	きゅうり・とうもろこし	米酢・薄口しょうゆ・塩	
	切り干し大根のみそ汁	油あげ・豆腐 かつお節	いわし節			にんじん	えのきたけ・ねぎ 切り干し大根・しいたけ	豆みそ・麦みそ	大豆
20 (金)	麦ごはん(委託)			米・大麦					
	かぼちゃと小魚の揚げがらめ		かたくちいわし	でんぶん・砂糖・水あめ	大豆油	かぼちゃ		塩・しょうゆ・みりん・酒	大豆
	ひじきのそぼろ炒め	豚肉・大豆	ひじき	こんにゃく・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	豚肉・大豆
	冬瓜のすまし汁	かまぼこ・かつお節			なたね油	にんじん	とうがん・えのきたけ ねぎ	酒・薄口しょうゆ・塩 みりん	大豆
23 (月)	冷凍南濃みかん						みかん		
	麦ごはん			米・大麦					
	鶏肉のみそ焼き	鶏肉					しょうが・ねぎ	酒・しょうゆ・豆みそ みりん	鶏肉
	五目豆	大豆		こんにゃく・砂糖	なたね油	にんじん	ごぼう・枝豆	和風だし・しょうゆ みりん・酒	大豆
24 (火)	けんちん汁	豆腐・かつお節				にんじん	しめじ・だいこん しいたけ・ねぎ	酒・薄口しょうゆ・塩	大豆
	はくはん			米					
	白身魚のおろしだれ	たら		でんぶん・砂糖	大豆油		だいこん	酒・塩・みりん 和風だし・薄口しょうゆ	大豆
	梅おかかあえ	花かつお		液糖・水あめ・砂糖		にんじん・赤じそ	キャベツ・もやし きゅうり	りんご酢・梅肉加工品 塩・穀物酢 薄口しょうゆ	りんご
25 (水)	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
	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
	デミグラスソースハンバーグ	大豆たんぱく・鶏肉		じゃがいも・砂糖	豚脂		たまねぎ マッシュルーム	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	牛肉・鶏肉・豚肉 小麦・ゼラチン・大豆
	ビーフンの炒め物	豚肉		ビーフン	なたね油	にんじん	たけのこ・キャベツ もやし	酒・しょうゆ 鶏がらスープ・塩	豚肉・鶏肉
26 (木)	カレースープ			じゃがいも	なたね油	にんじん・トマト	にんにく・たまねぎ 枝豆	スープストック ノンアレルギーカレールウ ウスターソース 塩・こしょう・ガラムマサラ	大豆
	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
	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
27 (金)	麻婆豆腐	鶏肉・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	ごま・大豆・鶏肉
	一食うどん	小麦たんぱく		小麦粉				塩	小麦
	ししゃものごま天ぷら		ししゃも	米粉・でんぶん 砂糖	ごま・大豆油				ごま・大豆
	赤しそ和え					にんじん・赤じそ	キャベツ・もやし きゅうり	塩	
30 (月)	五目うどんの汁	鶏肉・油あげ・かまぼこ かつお節				にんじん	しめじ・ねぎ	酒・しょうゆ・塩 みりん	鶏肉・大豆
	はくはん			米					
	豚肉のスタミナ焼き	豚肉		三温糖	なたね油		にんにく・しょうが	酒・こしょう・しょうゆ ウスターソース・みりん	豚肉
	カラフルピーマンソテー			砂糖	なたね油	ピーマン・赤ピーマン にんじん	キャベツ・たまねぎ とうもろこし	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・えのきたけ ねぎ	酒・白こうじみそ 麦みそ	豚肉・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・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・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。