

令和7年度 9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			
	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 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	とり肉のからあげ	鶏肉		でんぶん	大豆油		にんにく・しょうが	酒・しょうゆ	鶏肉・大豆
	きゅうりのおかかあえ	花かつお				にんじん	キャベツ・きゅうり	しょうゆ	
	なすのみそ汁	豆腐 かつお節	いわし節				なす・えのきたけ・ねぎ	白こうじみそ	大豆
2 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	ベイクドポテト			じゃがいも	植物油脂	パセリ		塩・こしょう	
	カラフルサラダ			砂糖	なたね油	赤ピーマン・にんじん	キャベツ・きゅうり	しょうゆ・米酢・塩	
	夏野菜カレー	豚肉・豆乳			なたね油	トマト・かぼちゃ	しょうが・にんにく たまねぎ・なす・りんご	酒 ノンアレルギーカレールウ ウスターソース ケチャップ・塩 カレー粉 スープストック	豚肉・りんご・大豆
3 (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
	タラのフライ	大豆たんぱく・たら		小麦粉・パン粉	大豆油			塩・こしょう	小麦・大豆
	ごぼうサラダ			砂糖	なたね油・ごま	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	ごま
	野菜スープ	ベーコン		じゃがいも	なたね油	にんじん・パセリ	たまねぎ・しめじ	スープストック・塩 こしょう	豚肉
4 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	肉団子の彩り野菜ソース	大豆たんぱく・豚肉 鶏肉		パン粉・でんぶん 水あめ・砂糖	大豆油・なたね油	甘長ピーマン 黄ピーマン	たまねぎ	みりん・塩・しょうゆ 米酢・中華だし	鶏肉・小麦・豚肉 大豆
	ビーフンの炒め物	豚肉		ビーフン	なたね油	にんじん	酒・しょうゆ 鶏がらスープ・塩	豚肉・鶏肉	
	中華スープ	豆腐	わかめ				たまねぎ・ねぎ	鶏豚湯・中華だし・塩 こしょう・薄口しょうゆ	豚肉・大豆・鶏肉
5 (金)	麦ごはん			米・大麦					
	さけのてり焼き	さけ			なたね油			薄口しょうゆ・酒 みりん	さけ
	高野豆腐の含め煮	鶏肉・高野豆腐		砂糖		にんじん・さやいんげん	たまねぎ・しいたけ	和風だし・薄口しょうゆ みりん	鶏肉・大豆
	おくらと冬瓜のみそ汁	油あげ かつお節	いわし節			オクラ	とうがん・えのきたけ ねぎ	白こうじみそ	大豆
8 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	豚肉のしょうが焼き	豚肉					しょうが	しょうゆ・みりん・酒	豚肉
	ひじきの炒め煮	さつまあげ	ひじき	こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん・さやいんげん		酒・和風だし・しょうゆ みりん	
	えのきたけのすまし汁	かつお節				にんじん	えのきたけ・だいこん ねぎ	薄口しょうゆ・塩	
9 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	豆腐ハンバーグのおろしだれ	豆腐・大豆たんぱく 鶏肉		でんぶん・砂糖・三温糖	豚脂		たまねぎ・だいこん	みりん・塩・酒 薄口しょうゆ	鶏肉・豚肉・大豆
	じゃがいもとツナの煮物	まぐろ油漬け		じゃがいも・砂糖	なたね油	にんじん	たまねぎ・枝豆	しょうゆ・和風だし みりん	大豆
	なめこのみそ汁	油あげ かつお節	いわし節				だいこん・なめこ・ねぎ	豆みそ	大豆
10 (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
	ホキのレモンソース	ほき		でんぶん・砂糖	大豆油		レモン	酒・しょうゆ	大豆
	大根とわかめのサラダ		わかめ	砂糖	なたね油		だいこん・きゅうり とうもろこし	しょうゆ・米酢	
	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・パセリ	キャベツ・たまねぎ	スープストック・塩 こしょう	豚肉・大豆
11 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	厚揚げのそぼろあんかけ	厚揚げ・鶏肉		砂糖・でんぶん	なたね油		しょうが	酒・しょうゆ・みりん	大豆・鶏肉
	なすのみそ炒め	豚肉		砂糖・でんぶん	なたね油	ピーマン・にんじん	なす・たまねぎ	酒・豆みそ・しょうゆ	豚肉
	けんちん汁	油あげ・かつお節	こんぶ	里いも			ごぼう・だいこん	酒・薄口しょうゆ・塩	大豆
12 (金)	冷凍バイン						バインアップル		
	ソフトめん			小麦粉				塩	小麦
	フライドパンブキン				大豆油	かぼちゃ		塩	大豆
	キャベツとほうれん草のソテー				なたね油	ほうれんそう・にんじん	キャベツ	スープストック・塩 こしょう	
	ミートソース	豚肉			なたね油	にんじん・トマト	にんにく・たまねぎ	酒・ケチャップ ウスターソース ノンアレルギーハヤシルウ スープストック・塩 こしょう	豚肉

※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 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			
		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		
16 (火)	はくはん			米					
	さばのごまだれ焼き	さば			ごま		しょうが	酒・みりん・しょうゆ	さば・ごま
	大根と厚揚げの煮物	厚揚げ		砂糖		にんじん	だいこん・枝豆 和風だし	酒・しょうゆ・みりん	大豆
	里芋とわかめのみそ汁	かつお節	わかめ いわし節	里いも			たまねぎ・えのきたけ ねぎ	白こうじみそ	
17 (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
	焼きウインナー	ウインナー							豚肉
	キャベツのソテー				なたね油	にんじん	キャベツ・とうもろこし	コンソメ・塩・こしょう	
	豆のポタージュ	大豆	牛乳	じゃがいも	なたね油	パセリ	たまねぎ マッシュルーム・枝豆	ホワイトルウ スープストック・塩 こしょう	小麦・豚肉・大豆・乳
18 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	ししゃもの米粉あげ		ししゃも	米粉・でんぶん	大豆油				大豆
	そぼろとごぼうの炒め煮	鶏肉		こんにゃく・砂糖	なたね油	にんじん	しょうが・ごぼう	酒・しょうゆ・みりん	鶏肉
	大根と麩のすまし汁	かつお節		麩			だいこん・えのきたけ ねぎ	薄口しょうゆ・塩	小麦
19 (金)	麦ごはん(委託)			米・大麦					
	鶏肉の南蛮みかんジャム焼き	鶏肉		砂糖	なたね油		みかん・レモン	酒・薄口しょうゆ みりん	鶏肉
	切り干し大根としいたけの炒め煮	油あげ		砂糖	なたね油	にんじん・さやいんげん	切り干し大根・しいたけ みりん	しょうゆ・和風だし	大豆
	小松菜のみそ汁	かつお節	いわし節	じゃがいも		こまつな	たまねぎ	白こうじみそ	
22 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	あじの南蛮づけ	あじ		でんぶん・砂糖	大豆油		たまねぎ	しょうゆ・米酢	大豆
	キャベツの香りあえ					青じそ	キャベツ・きゅうり たくあん漬け	薄口しょうゆ	
	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
24 (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
	オムレツ	卵		でんぶん・砂糖	大豆油			塩・醸造酢	卵・大豆
	フルーツジュレ			液糖・水あめ			バインアップル・もも りんご・アセロラ		もも・りんご
	塩焼きそば	豚肉		中華めん	なたね油	にんじん	しょうが漬け・キャベツ たまねぎ	鶏がらスープ・中華だし 塩・こしょう	小麦・豚肉・鶏肉
25 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	野菜シュウマイ	小麦たんぱく 大豆たんぱく・豚肉 鶏肉		小麦粉・パン粉 砂糖・水あめ	豚脂	にんじん・ほうれんそう	とうもろこし・たまねぎ しょうが	みりん・塩・しょうゆ	鶏肉・小麦・豚肉 大豆
	春雨の中華あえ			はるさめ・砂糖	ごま油	にんじん	もやし・きゅうり	薄口しょうゆ・米酢	ごま
	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
26 (金)	キムたくごはん	豚肉		米	なたね油				
	ちくわの天ぷら	ちくわ		小麦粉・米粉	大豆油			酒・しょうゆ・塩 はくさい・キムチ・ねぎ	豚肉・大豆
	きゅうりの甘酢あえ			砂糖		にんじん	だいこん・きゅうり	米酢・しょうゆ	小麦・大豆
	もずく汁	豆腐・かつお節	もずく				たまねぎ・ねぎ	薄口しょうゆ・塩	大豆
29 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	小魚とさつま芋の揚げ煮		かたくちいわし	さつまいも・砂糖 水あめ	大豆油			塩・しょうゆ・みりん 酒	大豆
	野菜たっぷりドライカレー	豚肉・大豆			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	カレー粉・コンソメ・塩 ガラムマサラ ウスターソース ケチャップ	豚肉・大豆
	きのこスープ					パセリ	しめじ・えのきたけ だいこん	スープストック しょうゆ・塩・こしょう	
30 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	鶏肉のヤンニョムソース	鶏肉		でんぶん・砂糖	大豆油		にんにく	酒・ケチャップ コチュジャン・しょうゆ みりん	鶏肉・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	米酢・鶏がらスープ 薄口しょうゆ	大豆・鶏肉
	卵スープ	卵		でんぶん		にんじん	たまねぎ・ねぎ	中華だし・鶏がらスープ 塩・薄口しょうゆ こしょう	鶏肉・卵

※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

- 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>
または、右側の二次元コードからもご覧いただけます。

