

令和7年度 11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		
4 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	いかのあんからめ	いか		でんぶん・砂糖	大豆油			白ワイン・中華だし ウスターソース ケチャップ・しょうゆ	いか・大豆
	きんぴらごぼう			こんにゃく・砂糖	ごま油・ごま	にんじん・さやいんげん	ごぼう	酒・しょうゆ・みりん 和風だし	ごま
	豚汁	豚肉・豆腐・かつお節	いわし節	里いも		にんじん	だいこん・ねぎ	酒・豆みそ・白こうじみそ	豚肉・大豆
5 (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
	ハンバーグきのこソース	大豆たんぱく・豚肉 鶏肉		砂糖・ぶどう糖	豚脂・なたね油	トマト	たまねぎ・しょうが にんにく・しめじ えのきたけ	塩・香辛料・ケチャップ 小麦不使用しょうゆ ウスターソース	鶏肉・豚肉・大豆
	ポテトソテー	ベーコン		じゃがいも	なたね油	チンゲンサイ	たまねぎ	チキンコンソメ・塩 こしょう	鶏肉・豚肉・小麦 大豆
	コンソメスープ	ウインナー			なたね油	にんじん・パセリ	たまねぎ・キャベツ	塩・こしょう・コンソメ	豚肉
6 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	さつまいもチップス			さつまいも	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	薄口しょうゆ・米酢・塩	
	ビーンズカレー	豚肉・大豆・ひよこ豆 豆乳			なたね油	にんじん	にんにく・しょうが たまねぎ・りんご	赤ワイン・カレー粉・塩 スープストック・ケチャップ ウスターソース・こしょう ノンアレルギーカレールウ	豚肉・りんご・大豆
7 (金)	きつねごはん	油あげ		米・砂糖		にんじん	枝豆	しょうゆ・みりん・酒	大豆
	かいづっちコロッケ			小麦粉・パン粉・米粉 じゃがいも・砂糖	大豆油		たまねぎ	ブイヨン・塩・こしょう	小麦・大豆
	きゅうりのサラダ			砂糖	なたね油	トマト	きゅうり・キャベツ だいこん・とうもろこし レモン	薄口しょうゆ・塩	
	海津トマトドレッシング								
10 (月)	ベーめん汁	豚肉・かつお節		米麺		ほうれんそう	しいたけ・なす	酒・薄口しょうゆ・塩	豚肉
	ぎふみかんゼリー			砂糖・液糖・水あめ			みかん		
	麦ごはん			米・大麦					
	鶏肉の竜田揚げ	鶏肉		でんぶん	大豆油		しょうが	白ワイン・みりん しょうゆ	鶏肉・大豆
11 (火)	高野豆腐の煮物	高野豆腐		じゃがいも・砂糖		にんじん	しいたけ・枝豆	和風だし・しょうゆ・みりん	大豆
	大根のみそ汁	油あげ かつお節	いわし節				だいこん・えのきたけ 白菜・ねぎ	豆みそ	大豆
	麦ごはん			米・大麦					
	さわらのねぎこうじ焼き	さわら					ねぎ	しょうゆ・塩こうじ	
12 (水)	昆布和え		塩こんぶ	砂糖		にんじん	きゅうり・キャベツ だいこん	しょうゆ・みりん	小麦・大豆
	さつま汁	豚肉・豆腐・かつお節	いわし節	こんにゃく・さつまいも		にんじん	白菜・ねぎ	酒・白こうじみそ	豚肉・大豆
	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
	ミートボール	大豆たんぱく・鶏肉		でんぶん・水あめ・砂糖	大豆油・チキンオイル		キャベツ・たまねぎ	塩・香辛料・ケチャップ ウスターソース	鶏肉・大豆
13 (木)	大根サラダ			砂糖	なたね油	にんじん	だいこん・きゅうり とうもろこし	しょうゆ・米酢・塩	
	クリームシチュー	鶏肉	牛乳	じゃがいも	なたね油	にんじん	たまねぎ・しめじ	白ワイン スープストック・塩 こしょう・ホワイトルウ	鶏肉・小麦・豚肉・乳
	赤しごはん			米・大麦・砂糖		赤じそ		塩	
14 (金)	厚焼き卵	卵		タピオカでんぶん 砂糖	なたね油			みりん・塩・しょうゆ 穀物酢	卵・小麦・大豆
	肉じゃが	豚肉		しらたき・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・和風だし みりん	豚肉
	豆乳汁	鶏肉・油あげ 豆乳・かつお節		里いも		にんじん	だいこん・しめじ・ねぎ	酒・薄口しょうゆ・塩	鶏肉・大豆
14 (金)	ソフトめん			小麦粉				塩	小麦
	揚げぎょうざ	大豆粉・大豆たんぱく 豚肉		小麦粉・でんぶん・砂糖 水あめ	大豆油・豚脂		キャベツ・しょうが	塩・しょうゆ・香辛料 オイスターソース	小麦・豚肉・大豆
	中華サラダ		わかめ	砂糖	なたね油	にんじん	だいこん・きゅうり とうもろこし	薄口しょうゆ・米酢・塩	
	肉みそソース	豚肉		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・グリーンピース	白ワイン・豆みそ 中華だし・塩	豚肉

- ★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
くくらのガイド→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	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		
17 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	豚肉のみそがらめ	豚肉		でんぶん・砂糖	大豆油			白ワイン・しょうゆ 豆みそ・みりん	豚肉・大豆
	五目きんぴら	さつまあげ		じゃがいも・こんにやく 砂糖	なたね油	にんじん・ピーマン	ごぼう	しょうゆ・和風だし みりん	
	きのこのかきたま汁	かまぼこ・豆腐・卵 かつお節		でんぶん		こまつな	しめじ・えのきたけ しいたけ	薄口しょうゆ・塩	大豆・卵
18 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	さけの香味焼き	さけ					しょうが・ねぎ	薄口しょうゆ・白ワイン	さけ
	キャベツのおかか和え	花かつお				にんじん・ほうれんそう	キャベツ・もやし	しょうゆ	
	厚揚げのみそ汁	生揚げ かつお節	いわし節	里いも			だいこん・えのきたけ ねぎ	豆みそ	大豆
19 (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
	白身魚のパセリ揚げ	ほき		米粉・でんぶん	大豆油	パセリ		白ワイン・塩・こしょう	大豆
	じゃがいものせん切りサラダ			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	
	トマトと豆腐のスープ	ベーコン・豆腐			なたね油	トマト・にんじん チンゲンサイ・こまつな	にんにく・たまねぎ しいたけ	スープストック・塩 こしょう	豚肉・大豆
20 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	鶏肉のおろしかけ	鶏肉		砂糖			だいこん	塩・白ワイン 薄口しょうゆ・みりん	鶏肉
	ひじきとツナの煮物	まぐろ油漬け さつまあげ	ひじき	こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん	枝豆	しょうゆ・酒・和風だし	大豆
	里芋のみそ汁	油あげ かつお節	いわし節	里いも			キャベツ・えのきたけ ねぎ	豆みそ	大豆
21 (金)	麦ごはん(委託)			米・大麦					
	大豆と小魚の揚げがらめ	大豆	かたくちいわし	でんぶん・砂糖・水あめ	大豆油			塩・しょうゆ・みりん	大豆
	豚丼の具	豚肉		こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん	しょうが・たまねぎ みりん	酒・しょうゆ・和風だし	豚肉
	青菜のすまし汁	油あげ・かつお節				こまつな・ほうれんそう	しいたけ・だいこん	薄口しょうゆ・塩	大豆
25 (火)	ひじきごはん	かつお粉	しらす干し・ひじき	米・大麦・でんぶん 砂糖		広島菜・京菜 だいこん葉		塩・しょうゆ・昆布エキス	小麦・大豆
	さんまのみぞれ煮	さんま		でんぶん・砂糖			だいこん	みりん・しょうゆ・塩	小麦・大豆
	おからの炒り煮	おから・鶏肉・油あげ 豆乳		こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん	ごぼう・ねぎ	酒・和風だし・しょうゆ 塩	大豆・鶏肉
	秋のすまし汁	かまぼこ・豚肉 かつお節				にんじん・こまつな	しめじ・えのきたけ れんこん	薄口しょうゆ・塩・酒	豚肉
26 (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
	春巻き	大豆粉・豚肉		小麦粉・でんぶん コーンフラワー	なたね油・豚脂 ショートニング・大豆油	にんじん	キャベツ・しょうが たまねぎ・しいたけ	塩・しょうゆ・香辛料	小麦・豚肉・大豆
	フルーツ杏仁豆腐			豆乳ゼリー			もも・りんご パイナップル		もも・りんご・大豆
	焼きそば	豚肉・花かつお	青のり	中華めん	なたね油	にんじん	キャベツ・しょうが漬け	焼きそばソース・塩 スープストック・こしょう	りんご・小麦・豚肉 大豆
27 (木)	はくはん			米					
	厚揚げの肉みそかけ	豆乳・鶏肉		砂糖・でんぶん	なたね油・植物油脂		しょうが	酒・豆みそ・みりん	大豆・鶏肉
	じゃがいものカレー煮			じゃがいも・砂糖	なたね油	にんじん	たまねぎ・枝豆	酒・しょうゆ・塩・カレー粉	大豆
	つくね汁	豚肉・鶏肉・かつお節 えんどう豆たんぱく		でんぶん・砂糖 こんにやく		にんじん	たまねぎ・だいこん しいたけ・ねぎ	塩・香辛料・薄口しょうゆ 発酵調味料	豚肉・鶏肉
28 (金)	麦ごはん			米・大麦					
	大学いも			さつまいも・砂糖	大豆油			しょうゆ・みりん・米酢	大豆
	中華丼の具	豚肉		でんぶん	なたね油	にんじん	しょうが・たまねぎ たけのこ・しいたけ 白菜	酒・鶏がらスープ 中華だし・しょうゆ・塩 こしょう	豚肉・鶏肉
	春雨スープ			はるさめ		にんじん・チンゲンサイ	もやし	鶏がらスープ・中華だし 薄口しょうゆ・塩・こしょう	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・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
- 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。