

令和7年度 1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			
	5大栄養素	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		
8 (木)	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
	赤しそ和え			砂糖		にんじん・赤しそ	キャベツ・大豆もやし きゅうり	塩	大豆
	けんちん汁	豆腐・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	大豆
9 (金)	ソフトめん			小麦粉				塩	小麦
	豆腐ハンバーグ	豆腐・大豆たんぱく 鶏肉		でんぶん・砂糖	豚脂		たまねぎ	みりん・塩・香辛料	鶏肉・小麦・豚肉 大豆
	ごぼうサラダ			砂糖	なたね油		ごぼう・キャベツ 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・枝豆	白ワイン・豆みそ 中華だし・塩	豚肉・大豆
13 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	たらあんのからめ	たら		でんぶん・砂糖	大豆油			白ワイン ウスターソース しょうゆ・中華だし	大豆
	ひじきのそぼろ炒め	鶏肉・大豆	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・しょうゆ・和風だし	鶏肉・大豆
	だいこんのみそ汁	豆腐・油あげ かつお節	いわし節			にんじん	だいこん・ねぎ	豆みそ	大豆
14 (水)	米粉ロールパン		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
	ハンバーグの デミグラスソース	大豆たんぱく・鶏肉		じゃがいも・砂糖	豚脂		たまねぎ・しめじ	塩・ケチャップ ウスターソース 赤ワイン・香辛料 デミグラスソース	牛肉・鶏肉・豚肉 小麦・ゼラチン・大豆
	大根サラダ			砂糖	なたね油	こまつな・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	
	ベーコンと冬野菜の クリームスープ	ベーコン	牛乳			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	豚肉・小麦・乳
15 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	ぶりの甘酢だれ	ぶり		砂糖・でんぶん				白ワイン・しょうゆ 米酢・ケチャップ	
	五目豆	鶏肉・大豆		こんにやく・砂糖		にんじん	ごぼう	酒・和風だし・しょうゆ みりん	鶏肉・大豆
	もち麩のすまし汁	かまぼこ・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
16 (金)	りんごのデザート	大豆粉・豆乳		米粉・コーンフラワー 砂糖・液糖・水あめ	植物油		りんご		りんご・大豆
	麦ごはん(委託)			米・大麦					
	ぎょうざ	大豆粉・大豆たんぱく 豚肉・鶏肉 小麦たんぱく		小麦粉・米粉 でんぶん・砂糖 水あめ	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
19 (月)	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・白ワイン 中華だし・豆みそ しょうゆ	豚肉・ごま・大豆
	麦ごはん			米・大麦					
	豚肉のみかんソース	豚肉		米粉・砂糖	なたね油		みかん・レモン	白ワイン・米酢 しょうゆ	豚肉
	西美濃野菜のあえ物 ペーめん汁		塩こんぶ	砂糖		こまつな・にんじん にんじん	きゅうり・もやし だいこん・ねぎ	みりん・薄口しょうゆ 薄口しょうゆ・塩	小麦・大豆 大豆
20 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	さばの照り焼き	さば		砂糖				酒・しょうゆ・みりん	さば
	豚肉と根菜キムチ どんぶりの具	豚肉		しらたき・砂糖		にんじん	しょうが・たまねぎ ごぼう・れんこん はくさいキムチ	白ワイン・しょうゆ 鶏がらスープ	豚肉・大豆・鶏肉
	さつまいものみそ汁	かつお節	いわし節	さつまいも			たまねぎ・えのきたけ ねぎ	白こうじみそ	
21 (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
	メンチカツ	大豆たんぱく・豚肉		小麦粉・パン粉 でんぶん コーンスターチ・砂糖	なたね油・大豆油		たまねぎ	塩・こしょう・ナツメグ	小麦・豚肉・大豆
	青菜のソテー				なたね油	ほうれんそう・にんじん	キャベツ・とうもろこし	スープストック・塩 こしょう	
	ポテトスープ	ベーコン		じゃがいも		トマト・パセリ	たまねぎ	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
		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			えび かに 小麦 そば くるみ 卵 乳 落花生 他20品目※
		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		
22 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	オムレツ	卵		でんぷん・砂糖	大豆油			塩・醸造酢	卵・大豆
	根菜サラダ			砂糖	なたね油	にんじん	ごぼう・れんこん だいこん	薄口しょうゆ・米酢・塩	
	トマトチキンカレー	鶏肉・豆乳		じゃがいも		にんじん・トマト	にんにく・たまねぎ りんご	赤ワイン・ローレル こしょう スープストック ウスターソース ケチャップ ノンアレルギーカレールウ	りんご・鶏肉・大豆
23 (金)	麦ごはん			米・大麦					
	ちくわのいそべ揚げ	ちくわ	青のり	でんぷん・米粉	大豆油				大豆
	たくあん和え				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	ごま
	ちゃんこ鍋汁	豆腐・大豆たんぱく 鶏肉・かつお節 えんどう豆たんぱく		でんぷん・砂糖		にんじん	たまねぎ・しいたけ しめじ・白菜・ねぎ	発酵調味料・塩 しょうゆ・鶏がらスープ 香辛料	大豆・鶏肉
26 (月)	きんぎょめし	鶏肉		米・砂糖	なたね油	にんじん	しいたけ	白ワイン・しょうゆ 和風だし	鶏肉
	五平もち	大豆		米・でんぷん・砂糖				酒・塩・しょうゆ 豆みそ・みりん	大豆
	具だくさんすったて汁	豚肉・油あげ かつお節 豆乳	いわし節			にんじん	白菜・だいこん・しめじ ねぎ	白ワイン・白こうじみそ しょうゆ	豚肉・大豆
27 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	ザンギ	鶏肉		でんぷん	大豆油		にんにく・しょうが	白ワイン・しょうゆ	鶏肉・大豆
	もやしの炒め物				なたね油	にんじん	にんにく・キャベツ もやし・りんご	しょうゆ・みりん	りんご
	どさんこ汁	さけ かつお節	いわし節	じゃがいも		にんじん	たまねぎ・とうもろこし ねぎ	塩・白ワイン・豆みそ 白こうじみそ	さけ
28 (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
	くじらのケチャップソース	くじら肉		でんぷん・砂糖	大豆油		しょうが	しょうゆ・白ワイン ケチャップ ウスターソース	大豆
	甘酢あえ			砂糖		にんじん	白菜・きゅうり	米酢・しょうゆ	
	脱脂粉乳入り カレーシチュー	豚肉	脱脂粉乳	じゃがいも	なたね油	にんじん	たまねぎ	ノンアレルギーカレールウ ホワイトルウ スープストック・塩 こしょう	豚肉・小麦・乳
29 (木)	ミルメークコーヒー			砂糖・液糖				コーヒー・塩	
	はくはん			米					
	白身魚の サルサソースがけ	たら		米粉・砂糖	なたね油	トマト	にんにく・たまねぎ	白ワイン・赤ワイン ケチャップ・塩 チリパウダー	
	タコスの具	豚肉		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	赤ワイン・塩・こしょう ウスターソース カレー粉・チリパウダー	豚肉・大豆
30 (金)	ポソレ	豚肉			大豆油		たまねぎ・もやし とうもろこし・キャベツ	塩・こしょう・コンソメ	豚肉・大豆
	うどん	小麦たんぱく		小麦粉				塩	小麦
	ししゃもの天ぷら		ししゃも	でんぷん・米粉	大豆油				大豆
	キャベツと 切り干し大根のあえ物			砂糖	なたね油	にんじん	切り干し大根・キャベツ とうもろこし	しょうゆ・和風だし・塩	
味噌煮込みうどんの汁	鶏肉・油あげ・かまぼこ かつお節	いわし節				にんじん	ごぼう・白菜・しいたけ ねぎ	白ワイン・みりん 豆みそ	鶏肉・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、未表示のものがありません。
- ④ 魚については、えび・かにを捕食している場合があります。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、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、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＞

