

令和7年度 2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	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					
	肉だんごの 南濃みかんソース	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 みかん・レモン	塩・こしょう・米酢 しょうゆ・香辛料	鶏肉・大豆
	きゅうりともやしの昆布和え		塩こんぶ	砂糖		にんじん	きゅうり・もやし だいこん	しょうゆ・みりん	小麦・大豆
	トマトとさといものみそ汁			里いも		トマト	白菜・えのきたけ・ねぎ	白こうじみそ 鶏がらスープ	鶏肉
3 (火)	赤しそごはん			米・大麦・砂糖		赤しそ		塩	
	いわしの蒲焼風	いわし		でんぶん・砂糖	大豆油		しょうが	しょうゆ・酒・みりん	大豆
	三色和え					ほうれんそう・にんじん	キャベツ・とうもろこし	薄口しょうゆ	
	みぞれ汁	厚揚げ・かつお節 かまぼこ					だいこん・なめこ ねぎ	薄口しょうゆ・塩	大豆
	節分豆	大豆							大豆
4 (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
	白身魚のりんごソース	たら		でんぶん・砂糖	大豆油		りんご	白ワイン・米酢・しょうゆ	りんご・大豆
	じゃがいものトマト煮	豚肉		じゃがいも・砂糖	なたね油	にんじん・トマト さやいんげん	たまねぎ・しめじ	白ワイン・ケチャップ・塩 スープストック・ウスターソース	豚肉
	コーンスープ		牛乳		なたね油	パセリ	たまねぎ・とうもろこし	ホワイトルウ・塩 スープストック・こしょう	小麦・豚肉・乳
5 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	みぞれハンバーグ	大豆たんぱく・鶏肉		じゃがいも・砂糖	豚脂		たまねぎ・だいこん	塩・こしょう・香辛料 薄口しょうゆ・みりん	鶏肉・豚肉・大豆
	ひじきの炒め煮	さつまあげ・大豆	ひじき	こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん	枝豆	酒・和風だし・しょうゆ みりん	大豆
	白菜ときのこのみそ汁	油あげ	いわし節				白菜・しめじ えのきたけ・ねぎ	白こうじみそ	大豆
	かつお節								
6 (金)	麦ごはん			米・大麦					
	バター・アルフォルノ (じゃがいものオープン焼き)			じゃがいも	植物油脂	パセリ	にんにく	塩・こしょう	
	ミートライス	豚肉		米粉	なたね油	にんじん・トマト パジル	しょうが・たまねぎ	赤ワイン・塩・コンソメ ケチャップ・ウスターソース	豚肉
	ミネストラ (野菜のスープ)	ウインナー		じゃがいも	なたね油	にんじん・トマト ほうれんそう	にんにく・セロリー たまねぎ・キャベツ	コンソメ・鶏がらスープ 塩・こしょう	豚肉・鶏肉
9 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	鶏肉のカレー揚げ	鶏肉		でんぶん	大豆油			しょうゆ・白ワイン カレー粉	鶏肉・大豆
	大根とツナの煮物	まぐろ油漬け		砂糖		にんじん・さやいんげん	だいこん	酒・しょうゆ	大豆
	さつまいものみそ汁	油あげ・かつお節	いわし節	さつまいも			白菜・えのきたけ・ねぎ	白こうじみそ	大豆
10 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	厚揚げのねぎみそたれ	厚揚げ		砂糖			にんにく・ねぎ	豆みそ・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 ごぼう	酒・しょうゆ・和風だし みりん	豚肉
	五目汁	かつお節				にんじん・ほうれんそう	白菜・たけのこ しいたけ	薄口しょうゆ・塩	
12 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	さけの甘酢だれ	さけ		砂糖・でんぶん			たまねぎ	酒・薄口しょうゆ・米酢 みりん	さけ
	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	たまねぎ・枝豆	酒・しょうゆ・和風だし みりん	豚肉・大豆
	大根のみそ汁	豆腐・かつお節	わかめ・いわし節				だいこん・白菜・なめこ	豆みそ	大豆
	ソフトめん			小麦粉				塩	小麦
13 (金)	かぼちゃコロッケ			小麦粉・パン粉・砂糖 じゃがいも・でんぶん	なたね油・大豆油	かぼちゃ	たまねぎ	塩	小麦・大豆
	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			なたね油	にんじん・トマト	にんにく・しょうが たまねぎ	赤ワイン・ケチャップ ウスターソース・塩 ノンアレルギーハヤシルウ スープストック・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 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	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		
16 (月)	麦ごはん			米・大麦					
	大豆と小魚の揚げがらめ 海藻サラダ	大豆	かたくちいわし わかめ・まふのり 茎わかめ・つのまた	でんぶん・砂糖・水あめ 砂糖	大豆油 なたね油		だいこん・きゅうり とうもろこし	塩・しょうゆ・みりん しょうゆ・米酢・塩	大豆
	ポークカレー	豚肉・豆乳		じゃがいも	なたね油	にんじん	にんにく・しょうが たまねぎ・りんご	スープストック・白ワイン こしょう・ケチャップ・塩 ウスターソース・カレー粉 ノンアレルギーカレールウ	豚肉・りんご・大豆
17 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	つくね団子のねぎだれ	大豆たんぱく・鶏肉		でんぶん・水あめ・砂糖	大豆油・なたね油 チキンオイル		キャベツ・たまねぎ にんにく・ねぎ	塩・こしょう・米酢 しょうゆ	鶏肉・大豆
	切り干し大根のそぼろ煮	豚肉		砂糖	なたね油	にんじん・さやいんげん	にんにく・切り干し大根 たけのこ	酒・しょうゆ	豚肉
	豆腐とわかめのみそ汁	豆腐・かつお節	わかめ・いわし節				白菜・えのきたけ	豆みそ	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
	オムレツ	卵		でんぶん・砂糖	大豆油			塩・醸造酢	卵・大豆
	小松菜ともやしのソテー	ベーコン			なたね油	こまつな	もやし・しめじ	チキンコンソメ・塩 こしょう	鶏肉・豚肉・小麦 大豆
	冬野菜シチュー	鶏肉	牛乳		なたね油	にんじん・ほうれんそう	たまねぎ・だいこん 白菜	白ワイン・ホワイトルウ スープストック・塩・こしょう	鶏肉・小麦・豚肉・乳
19 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	白身魚のトマトあん	メダイ		でんぶん・砂糖	大豆油	トマト		白ワイン・米酢・しょうゆ	大豆
	なばなときゅうりのごま和え			砂糖	ごま	なばな・にんじん	きゅうり・キャベツ	しょうゆ・みりん	ごま
	じゃがいもと しいたけのみそ汁	油あげ		じゃがいも			しいたけ・もやし・ねぎ	白こうじみそ 鶏がらスープ	大豆・鶏肉
20 (金)	麦ごはん(委託)			米・大麦					
	さつまいもスティック			さつまいも	大豆油			塩	大豆
	ブルコギ丼の具	豚肉		砂糖・でんぶん	なたね油	にんじん	にんにく・しょうが たまねぎ・白菜・りんご ねぎ	酒・しょうゆ 鶏がらスープ コチュジャン	りんご・鶏肉・豚肉 大豆
	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 薄口しょうゆ・中華だし 塩・こしょう	鶏肉
24 (火)	麦ごはん			米・大麦					
	たまご焼き	卵		砂糖	大豆油			しょうゆ・醸造酢・発酵調味料 塩・昆布だし・魚介エキス	卵・さば・大豆
	みそ煮	はんぺん		里いも・こんにやく 砂糖			だいこん	和風だし・みりん 豆みそ	大豆
	白菜鍋	えんどう豆たんぱく 鶏肉・豚肉 豆腐・かつお節		でんぶん・砂糖		にんじん	たまねぎ・白菜 えのきたけ・しめじ ねぎ	塩・こしょう 薄口しょうゆ 香辛料・発酵調味料	豚肉・鶏肉・大豆
25 (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
	揚げしゅうまい	豚肉		小麦粉・パン粉 でんぶん・砂糖・水あめ	大豆油		しょうが・たまねぎ	塩・こしょう	小麦・豚肉・大豆
	かぼちゃと豆のサラダ	大豆				かぼちゃ	きゅうり・枝豆 とうもろこし		大豆
	ごまドレッシング				ごまドレッシング				ごま
26 (木)	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
	麦ごはん			米・大麦					
	さばのみそかけ	さば		砂糖				豆みそ・酒・みりん	さば
	ほうれんそうのおひたし	花かつお		砂糖		ほうれんそう	キャベツ	しょうゆ・みりん	
27 (金)	けんちん汁	鶏肉・油あげ・豆腐 かつお節				にんじん	ごぼう・だいこん しいたけ・ねぎ	酒・薄口しょうゆ・塩 オイスターソース	鶏肉・大豆
	中華めん			小麦粉				塩	小麦
	ごぼうと高野豆腐の揚げがらめ	高野豆腐		でんぶん・砂糖	大豆油		ごぼう	しょうゆ・みりん・酒	大豆
	じゃがいもの中華炒め	まぐろ油漬け		じゃがいも	なたね油	にんじん・ピーマン	にんにく・しいたけ	鶏がらスープ・塩 オイスターソース	鶏肉・大豆
	みそラーメン	豚肉			なたね油	にんじん	白菜・もやし とうもろこし・ねぎ	酒・中華だし・こしょう 鶏がらスープ 白こうじみそ・塩	豚肉・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・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。

