

令和8年度 5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29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		
1 (金)	たけのこごはん	油あげ		米・砂糖	なたね油	にんじん	たけのこ	薄口しょうゆ・みりん 和風だし	大豆
	ししゃものお茶天ぷら		ししゃも	小麦粉・でんぷん	大豆油	緑茶			小麦・大豆
	彩り和え			砂糖		にんじん	きゅうり・だいこん とうもろこし	薄口しょうゆ・みりん	
	わかめのすまし汁	豆腐・かまぼこ かつお節	わかめ			ほうれんそう	えのきたけ	薄口しょうゆ・塩	大豆
	こどもの日デザート	豆乳加工品		砂糖・ぶどう糖果糖液糖			りんご・レモン		りんご・大豆
7 (木)	麦ごはん			米・大麦					
	肉団子の甘酢あん	大豆たんぱく・鶏肉		でんぷん・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・しょうゆ 米酢	鶏肉・大豆
	じゃがいものみそ炒め	豚肉		じゃがいも・砂糖 でんぷん	なたね油	にんじん・さやいんげん	にんにく・たけのこ	酒・中華だし・豆みそ 塩	豚肉
8 (金)	チンゲン菜のスープ	豆腐			なたね油	チンゲンサイ	たまねぎ・しめじ	塩・こしょう・薄口しょうゆ 鶏がらスープ・中華だし	大豆・鶏肉
	麦ごはん			米・大麦					
9 (木)	さばの竜田揚げ	さば		でんぷん	大豆油		しょうが	しょうゆ・白ワイン	さば・大豆
	ひじきのそぼろ煮	豚肉	ひじき	こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん	枝豆	酒・しょうゆ・和風だし	豚肉・大豆
	新玉ねぎのみそ汁	油あげ・かつお節	わかめ・いわし節	じゃがいも			たまねぎ・えのきたけ	白こうじみそ	大豆
10 (水)	麦ごはん			米・大麦					
	大豆コロッケ	大豆・大豆たんぱく		小麦粉・パン粉・砂糖	なたね油		たまねぎ	塩・こしょう	小麦・大豆
	根菜サラダ			じゃがいも・コーンスターチ	マーガリン・大豆油				
11 (月)	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	白ワイン・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ー	豚肉・りんご・大豆
	麦ごはん			米・大麦					
12 (火)	さわらのマヨネーズ焼き	さわら			ノンエッグマヨネーズ			白ワイン・白こうじみそ	大豆
	ビーフン入り野菜炒め	豚肉		ビーフン	なたね油	にんじん・チンゲンサイ	もやし・キャベツ	酒・鶏がらスープ・塩 こしょう・しょうゆ	豚肉・鶏肉
	なめこ汁	豆腐・かつお節	わかめ・いわし節				なめこ・だいこん	豆みそ	大豆
13 (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
	小魚のからあげ		小いわし	でんぷん	大豆油			塩	大豆
	青菜のソテー	ウインナー			なたね油	ほうれんそう・こまつな にんじん	キャベツ	コンソメ・塩・こしょう	豚肉
14 (木)	クリームスープ		牛乳	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・ホワイトルー	小麦・豚肉・乳
	麦ごはん			米・大麦					
	厚揚げのみそかけ	厚揚げ		砂糖				豆みそ・酒・みりん	大豆
15 (金)	切干大根とツナ煮	まぐろ油漬		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	和風だし・酒・しょうゆ	大豆
	けんちん汁	鶏肉・油あげ・豆腐 かつお節				にんじん	ごぼう・キャベツ・ねぎ	酒・薄口しょうゆ・塩	鶏肉・大豆
	ソフトめん			小麦粉				塩	小麦
16 (土)	オムレツ	卵		でんぷん・砂糖	大豆油			塩・醸造酢	卵・大豆
	こんにやくサラダ			こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん	きゅうり・キャベツ	しょうゆ・米酢・塩	
	山吹ソース	豚肉			なたね油	にんじん	にんにく・たまねぎ とうもろこし	赤ワイン・ケチャップ ウスターソース・塩 ノンアレルギーハンパシルウ ノンアレルギーカレールー スープストック・こしょう	豚肉
17 (日)	わかめごはん		わかめ	米・大麦・砂糖				塩	
	いわしの蒲焼き風	いわし		でんぷん・砂糖	大豆油		しょうが	しょうゆ・みりん	大豆
	たけのこのきんぴら	豚肉・花かつお		こんにやく・砂糖	なたね油	にんじん・さやいんげん	たけのこ	酒・しょうゆ	豚肉
18 (月)	きのこのすまし汁	豆腐・かつお節				ほうれんそう	しめじ・えのきたけ だいこん	薄口しょうゆ・塩	大豆
	はくはん			米					
	豚肉の南濃みかんソース	豚肉		砂糖	なたね油		しょうが・みかん レモン	白ワイン・米酢 しょうゆ	豚肉
19 (火)	なすときゅうりの昆布和え		塩こんぶ	砂糖			なす・きゅうり だいこん	しょうゆ・みりん	小麦・大豆
	トマトのみそ汁			じゃがいも		トマト	もやし・しいたけ・ねぎ	白こうじみそ 鶏がらスープ	鶏肉

- ★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、津海市、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、津海市のホームページ
[<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	赤(あか)		黄(き)		緑(みどり)		調味料 等	※アレルギー29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		
20 (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
	白身魚のパセリ揚げ	メダイ		でんぷん	大豆油	パセリ		白ワイン・塩・こしょう	大豆
	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	
	ポークビーイズ	豚肉・大豆		じゃがいも・砂糖	なたね油	にんじん・トマト	たまねぎ	赤ワイン・ケチャップ ウスターソース ノンアレルギーハンパシルウ 塩・こしょう・スープストック	豚肉・大豆
	麦ごはん			米・大麦					
21 (木)	和風ハンバーグ	大豆たんぱく・鶏肉		じゃがいも・砂糖 でんぷん	豚脂・なたね油		たまねぎ・しょうが	塩・香辛料・しょうゆ みりん・調味エキス	鶏肉・豚肉・大豆
	たくあん和え					にんじん	キャベツ・きゅうり	薄口しょうゆ	
	じゃがいものみそ汁	油あげ かつお節	わかめ いわし節	じゃがいも			えのきたけ	白こうじみそ	大豆
22 (金)	麦ごはん(委託)			米・大麦					
	ちくわの米粉揚げ	ちくわ		米粉・でんぷん	大豆油				大豆
	親子丼の具	鶏肉・卵		砂糖・でんぷん		にんじん	たまねぎ・しいたけ ねぎ	酒・和風だし・しょうゆ 塩	鶏肉・卵
25 (月)	青菜のみそ汁	豆腐・かつお節				こまつな・ほうれんそう	だいこん	薄口しょうゆ・塩	大豆
	麦ごはん			米・大麦					
	かつおと大豆のみそがらめ	かつお・大豆		でんぷん・砂糖	大豆油		しょうが	白ワイン・豆みそ・みりん	大豆
26 (火)	青菜と大根のごま和え			ごま		こまつな	だいこん・キャベツ	しょうゆ	ごま
	つくね汁	えんどう豆たんぱく 豚肉・鶏肉・かつお節		でんぷん・砂糖 こんにやく		にんじん	たまねぎ・ごぼう しいたけ・ねぎ	塩・しょうゆ・香辛料 薄口しょうゆ・発酵調味料	豚肉・鶏肉
27 (水)	麦ごはん			米・大麦					
	とり肉の塩こうじ焼き	鶏肉					しょうが・ねぎ	白ワイン・薄口しょうゆ 塩こうじ	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	しょうゆ・塩 カレーアロマ	大豆
28 (木)	キャベツのみそ汁	油あげ かつお節	いわし節				キャベツ・だいこん えのきたけ・ねぎ	白こうじみそ	大豆
	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・でんぷん コーンフラワー	植物油脂・豚脂 ショートニング・大豆油 油脂加工品・香味油	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
29 (金)	フルーツミックス			はるさめ・砂糖・水あめ				ハインアップル・もも りんご	もも・りんご・大豆
	焼きそば	豚肉	青のり	中華めん	なたね油	にんじん	キャベツ・しょうが漬	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
30 (土)	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
	中華そば丼の具	豚肉		砂糖・でんぷん	なたね油		にんにく・たまねぎ・ねぎ	酒・コチュジャン・しょうゆ	豚肉・大豆・鶏肉
31 (日)	春雨スープ	ハム		はるさめ		にんじん・チンゲンサイ	たけのこ・しいたけ えのきたけ	鶏がらスープ・豆みそ	豚肉・鶏肉
	麦ごはん			米・大麦					
	あじのおろしかけ	あじ		砂糖			だいこん	白ワイン・薄口しょうゆ みりん	
32 (月)	こんにやくのおかか煮	厚揚げ・花かつお		こんにやく・砂糖		さやいんげん		和風だし・しょうゆ・みりん	大豆
	豆乳汁	鶏肉・油あげ・かつお節 豆乳				にんじん	だいこん・キャベツ しめじ・ねぎ	酒・薄口しょうゆ・塩	鶏肉・大豆

※食物アレルギー原因物質(特定原材料 29品目)の表示について

食品表示基準に基づき、29品目の食品について表示してあります。

義務表示 9品目: えび・かに・カシューナッツ・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生(ピーナッツ)

任意表示20品目: アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・ピスタチオ・豚肉

マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン

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29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29品目表示の対象外の食材に関して、未表示のものがああります。

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。