

毎日、飲用牛乳が出ます。紙面の関係上、日付けごとの記載を省略いたします。

令和6年度 1月 材料表

7	うどん 五目うどんの汁 竹輪の磯辺揚げ ごま和え	→ <u>一食用うどん</u> (こども園・保育園: <u>うどん</u>) → <u>鶏肉</u> <u>干し椎茸</u> <u>白菜</u> <u>えのきたけ</u> <u>かまぼこ</u> <u>人参</u> <u>ねぎ</u> <u>淡口醤油</u> <u>酒</u> <u>塩</u> <u>だしパック</u> (鰹なし) → <u>竹輪</u> <u>小麦粉</u> <u>青のり粉</u> <u>大豆油</u> → <u>いんげん</u> <u>人参</u> <u>キャベツ</u> <u>濃口醤油</u> <u>上白糖</u> <u>白ごま</u>	一 回 目	揚げ 油 の 回 転
8	白飯 ツバスの照り焼き 煮なます 小松菜のすまし汁 一食黒豆(学園のみ)	→ <u>精白米</u> → <u>ツバス</u> <u>酒</u> <u>淡口醤油</u> <u>生姜</u> <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>上白糖</u> → <u>大根</u> <u>人参</u> <u>れんこん</u> <u>油揚げ</u> <u>糸昆布</u> <u>サラダ油</u> <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> <u>みりん</u> <u>上白糖</u> <u>酢</u> → <u>豆腐</u> <u>しめじ</u> <u>人参</u> <u>わかめ</u> <u>小松菜</u> <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> <u>酒</u> <u>だしパック</u> (鰹なし) → <u>一食黒豆</u>		
9	黒コッペパン かぼちゃ肉サンドフライ カラフルソテー ポトフ	→ <u>黒コッペパン</u> → <u>かぼちゃ肉サンドフライ</u> <u>大豆油</u> → <u>鶏肉</u> <u>ホールコーン</u> <u>キャベツ</u> <u>人参</u> <u>いんげん</u> <u>スープストック</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>サラダ油</u> → <u>鶏肉</u> <u>大根</u> <u>人参</u> <u>玉ねぎ</u> <u>じゃがいも</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>スープストック</u>	二 回 目	揚げ 油 の 回 転
10	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) キビナゴフライ ひこずり タイピーエン	→ <u>精白米</u> <u>大麦</u> → <u>精白米</u> → <u>キビナゴフライ</u> <u>大豆油</u> → <u>豚肉</u> <u>たけのこ水煮</u> <u>ビーマン</u> <u>ねぎ</u> <u>人参</u> <u>サラダ油</u> <u>赤味噌</u> <u>酒</u> <u>濃口醤油</u> <u>中双糖</u> <u>澱粉</u> → <u>豚肉</u> <u>かまぼこ</u> <u>生姜</u> <u>春雨</u> <u>人参</u> <u>キャベツ</u> <u>玉ねぎ</u> <u>チンゲン菜</u> <u>鶏がらスープ</u> <u>塩</u> <u>淡口醤油</u> <u>白こしょう</u> <u>ごま油</u> <u>オイスターソース</u>	三 回 目	揚げ 油 の 回 転
14	中華麺 味噌ラーメンスープ 鶏肉の香味焼き 糸寒天の甘酢和え	→ <u>中華麺</u> → <u>豚肉</u> <u>酒</u> <u>にんにく</u> <u>生姜</u> <u>サラダ油</u> <u>きくらげ</u> <u>人参</u> <u>白菜</u> <u>ねぎ</u> <u>チンゲン菜</u> <u>なると</u> <u>ホールコーン</u> <u>味噌ラーメンスープ</u> <u>白こしょう</u> → <u>鶏肉</u> <u>ねぎ</u> <u>生姜</u> <u>にんにく</u> <u>塩</u> <u>濃口醤油</u> <u>酒</u> <u>ごま油</u> → <u>糸寒天</u> <u>わかめ</u> <u>キャベツ</u> <u>きゅうり</u> <u>人参</u> <u>上白糖</u> <u>酢</u> <u>淡口醤油</u> <u>塩</u>		
15	白飯 サワラの白醤油焼き おかか和え のっぺい汁 オレンジ	→ <u>精白米</u> → <u>サワラ</u> <u>白醤油</u> <u>みりん</u> <u>酒</u> → <u>人参</u> <u>ホールコーン</u> <u>もやし</u> <u>キャベツ</u> <u>淡口醤油</u> <u>みりん</u> <u>和風だしのもと</u> <u>かつお節</u> → <u>鶏肉</u> <u>酒</u> <u>大根</u> <u>里芋</u> <u>こんにゃく</u> <u>油揚げ</u> <u>えのきたけ</u> <u>ねぎ</u> <u>だしパック</u> (鰹なし) <u>濃口醤油</u> <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> <u>澱粉</u> → <u>オレンジ</u>		
16	コッペパン ハンバーグ 海藻サラダ クリームシチュー ココア牛乳の素 (学園・こども園・保育園 以上児)	→ <u>コッペパン</u> → <u>ハンバーグ</u> → <u>海藻ミックス</u> <u>大根</u> <u>いんげん</u> <u>ホールコーン</u> <u>青じそドレッシング</u> → <u>鶏肉</u> <u>じゃがいも</u> <u>人参</u> <u>玉ねぎ</u> <u>パセリ粉</u> <u>小麦粉</u> <u>バター</u> <u>牛乳</u> <u>脱脂粉乳</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>スープストック</u> <u>サラダ油</u> → <u>ココア牛乳の素</u>		
17	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) 豚肉のかりん揚げ 大豆とひじきの煮物 郡上味噌汁	→ <u>精白米</u> <u>大麦</u> → <u>精白米</u> → <u>豚肉</u> <u>生姜</u> <u>濃口醤油</u> <u>澱粉</u> <u>大豆油</u> <u>酒</u> <u>中双糖</u> <u>白ごま</u> → <u>大豆水煮</u> <u>米ひじき</u> <u>人参</u> <u>鶏肉</u> <u>いんげん</u> <u>こんにゃく</u> <u>干し椎茸</u> <u>中双糖</u> <u>濃口醤油</u> <u>和風だしのもと</u> <u>みりん</u> <u>サラダ油</u> → <u>絹厚揚げ</u> <u>まいたけ水煮</u> <u>大根</u> <u>玉ねぎ</u> <u>人参</u> <u>ねぎ</u> <u>だしパック</u> (鰹なし) <u>赤味噌</u> <u>郡上味噌</u>	四 回 目	揚げ 油 の 回 転 (廃 油)
20	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) ポークカレー ウインナー 大根サラダ	→ <u>精白米</u> <u>大麦</u> → <u>精白米</u> → <u>豚肉</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>生姜</u> <u>にんにく</u> <u>サラダ油</u> <u>じゃがいも</u> <u>玉ねぎ</u> <u>人参</u> <u>りんごピューレ</u> <u>トマトケチャップ</u> <u>ウスターソース</u> <u>カレールウ</u> (<u>パーム</u> ト) <u>カレールウ</u> (<u>ディナー</u>) <u>脱脂粉乳</u> → <u>ウインナー</u> → <u>大根</u> <u>人参</u> <u>キャベツ</u> <u>イタリアンドレッシング</u>		
21	ソフト麺 ミートソース 大豆と小魚の揚げがらめ カラフルサラダ	→ <u>ソフト麺</u> (こども園・保育園: <u>スパゲッティ</u>) → <u>豚肉</u> <u>にんにく</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>サラダ油</u> <u>大豆たんぱく</u> <u>玉ねぎ</u> <u>人参</u> <u>セロリー</u> <u>グリーンピース</u> <u>トマトケチャップ</u> <u>トマトピューレ</u> <u>中双糖</u> <u>ウスターソース</u> <u>スープストック</u> <u>小麦粉</u> <u>バター</u> <u>赤ワイン</u> <u>オレガノ</u> <u>トマト水煮</u> <u>脱脂粉乳</u> → <u>大豆水煮</u> <u>澱粉</u> <u>大豆油</u> <u>みりん</u> <u>上白糖</u> <u>濃口醤油</u> <u>乾燥小魚</u> <u>白ごま</u> → <u>人参</u> <u>ホールコーン</u> <u>キャベツ</u> <u>いんげん</u> <u>柑橘ドレッシング</u>	一 回 目	揚げ 油 の 回 転
22	白飯 鶏肉のスタミナ焼き じゃがいものきんぴら 大根の味噌汁 りんご	→ <u>精白米</u> → <u>鶏肉</u> <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>酒</u> <u>生姜</u> <u>にんにく</u> <u>白こしょう</u> → <u>ごぼう</u> <u>じゃがいも</u> <u>人参</u> <u>こんにゃく</u> <u>さつま揚げ</u> <u>いんげん</u> <u>上白糖</u> <u>濃口醤油</u> <u>酒</u> <u>みりん</u> <u>和風だしのもと</u> <u>白ごま</u> <u>ごま油</u> → <u>大根</u> <u>人参</u> <u>えのきたけ</u> <u>絹厚揚げ</u> <u>わかめ</u> <u>ねぎ</u> <u>赤味噌</u> <u>だしパック</u> (鰹なし) → <u>りんご</u>		

23	食パン 白身魚フライ キャベツのソテー コーンスープ いちごジャム	→ <u>食パン</u> → <u>白身魚フライ</u> <u>大豆油</u> → <u>鶏肉</u> <u>キャベツ</u> <u>人参</u> <u>いんげん</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>スープストック</u> <u>サラダ油</u> → <u>玉ねぎ</u> <u>クリームコーン</u> <u>ホールコーン</u> <u>牛乳</u> <u>脱脂粉乳</u> <u>パセリ</u> <u>スープストック</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>小麦粉</u> <u>バター</u> <u>サラダ油</u> → <u>いちごジャム</u>	二 回 目	揚げ 油 の 回 転
24	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) かきまわしの具 豚肉のねぎ味噌焼き みぞれ汁	→ <u>精白米</u> <u>大麦</u> → <u>精白米</u> → <u>鶏肉</u> <u>人参</u> <u>干し椎茸</u> <u>しめじ</u> <u>ごぼう</u> <u>かんぴょう</u> <u>沢あざみ</u> <u>油揚げ</u> <u>いんげん</u> <u>サラダ油</u> <u>中双糖</u> <u>濃口醤油</u> <u>酒</u> <u>みりん</u> <u>和風だしのもと</u> → <u>豚肉</u> <u>郡上味噌</u> <u>ねぎ</u> <u>ごま油</u> <u>生姜</u> <u>白ごま</u> <u>みりん</u> <u>酒</u> → <u>かぶ</u> <u>人参</u> <u>絹厚揚げ</u> <u>なめこ水煮</u> <u>わかめ</u> <u>ねぎ</u> <u>酒</u> <u>濃口醤油</u> <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> <u>だしパック</u> (鰹なし) <u>生姜</u> <u>一味唐辛子</u>		
27	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) 円空里芋コロッケ こんにゃくの炒り煮 すったて汁	→ <u>精白米</u> <u>大麦</u> → <u>精白米</u> → <u>円空里芋コロッケ</u> <u>大豆油</u> → <u>こんにゃく</u> <u>人参</u> <u>鶏肉</u> <u>酒</u> <u>いんげん</u> <u>サラダ油</u> <u>上白糖</u> <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>和風だしのもと</u> <u>かつお節</u> → <u>鶏肉</u> <u>大根</u> <u>人参</u> <u>豆腐</u> <u>わかめ</u> <u>ねぎ</u> <u>大豆ペースト</u> <u>赤味噌</u> <u>だしパック</u> (鰹なし)	三 回 目	揚げ 油 の 回 転
28	うどん かやくうどんの汁 大豆の包み揚げ おひたし ヨーグルト	→ <u>一食用うどん</u> (こども園・保育園: <u>うどん</u>) → <u>鶏肉</u> <u>干し椎茸</u> <u>大根</u> <u>えのきたけ</u> <u>かまぼこ</u> <u>人参</u> <u>小松菜</u> <u>ねぎ</u> <u>淡口醤油</u> <u>酒</u> <u>塩</u> <u>だしパック</u> (鰹なし) → <u>大豆の包み揚げ</u> <u>大豆油</u> → <u>エリンギ</u> <u>人参</u> <u>いんげん</u> <u>キャベツ</u> <u>濃口醤油</u> <u>上白糖</u> <u>かつお節</u> → <u>ヨーグルト</u>	四 回 目	揚げ 油 の 回 転
29	白飯 サケの塩焼き 里芋のそぼろ煮 赤味噌汁 わかめふりかけ	→ <u>精白米</u> <u>大麦</u> → <u>サケ</u> <u>塩</u> <u>酒</u> → <u>里芋</u> <u>人参</u> <u>枝豆</u> <u>鶏肉</u> <u>生姜</u> <u>中双糖</u> <u>濃口醤油</u> <u>和風だしのもと</u> <u>みりん</u> <u>サラダ油</u> → <u>えのきたけ</u> <u>玉ねぎ</u> <u>油揚げ</u> <u>大根</u> <u>人参</u> <u>ねぎ</u> <u>豆味噌</u> <u>赤味噌</u> <u>だしパック</u> (鰹なし) → <u>わかめふりかけ</u>		
30	コッペパン ささみのゆずソースかけ ポテトサラダ ミネストローネ	→ <u>コッペパン</u> → <u>ささみ</u> <u>酒</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>澱粉</u> <u>大豆油</u> <u>上白糖</u> <u>濃口醤油</u> <u>白ワイン</u> <u>ゆず果汁</u> → <u>人参</u> <u>じゃがいも</u> <u>ホールコーン</u> <u>きゅうり</u> <u>卵不使用マヨネーズ</u> → <u>白いんげん豆</u> <u>ベーコン</u> <u>玉ねぎ</u> <u>枝豆</u> <u>かぼちゃ</u> <u>パセリ粉</u> <u>トマト</u> <u>トマトケチャップ</u> <u>トマトピューレ</u> <u>スープストック</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u>	五 回 目	揚げ 油 の 回 転 (廃 油)
31	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) ビビンバの具 蒸しシューマイ 中華スープ	→ <u>精白米</u> <u>大麦</u> → <u>精白米</u> → <u>豚肉</u> <u>ごま油</u> <u>生姜</u> <u>にんにく</u> <u>大豆たんぱく</u> <u>酒</u> <u>豆板醤</u> <u>ぜんまい水煮</u> <u>人参</u> <u>たけのこ水煮</u> <u>にら</u> <u>上白糖</u> <u>濃口醤油</u> <u>白ごま</u> <u>白こしょう</u> <u>酢</u> → <u>シューマイ</u> → <u>ロースハム</u> <u>玉ねぎ</u> <u>人参</u> <u>きくらげ</u> <u>しめじ</u> <u>チンゲン菜</u> <u>白菜</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>濃口醤油</u> <u>中華スープ</u>		

毎日の食材を表示しました。(各家庭でご確認ください。)

- * 牛乳は毎日つきます。
- * パンには、脱脂粉乳が微量に含まれています。
- * 主菜はこども園・保育園 40g、1～6年 50g、7～9年 60gを目安に作っています。(およそ)
- * 加工食品は、別紙「加工食品等アレルギー食材表」をご覧ください。
_____表示のある食材は、加工食品等アレルギー一覧表に詳細を表示しています。
- * 調味料に、アレルギーを含むものもあります。(例⇒濃口醤油・豆味噌等…大豆が含まれます。)

☆ご不明な点がありましたら、栄養士までご連絡ください。
(北方町給食調理場 TEL 3 2 4－3 0 0 2)