

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 7/22～8/27 材料表

22月	白ごはん サワラの塩こうじ焼き 炒り高野豆腐 なすの味噌汁	→精白米 →サワラ <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>酒</u> <u>塩こうじ</u> →鶏肉 <u>酒</u> <u>高野豆腐</u> <u>人参</u> <u>干し椎茸</u> <u>グリーンピース</u> <u>淡口醤油</u> <u>上白糖</u> <u>和風だしのもと</u> <u>サラダ油</u> →なす <u>玉ねぎ</u> <u>えのきたけ</u> <u>油揚げ</u> <u>わかめ</u> <u>人参</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>赤味噌</u>	
23火	きつねうどん 竹輪の磯辺揚げ ごま和え ももゼリー	→ <u>冷凍うどん</u> <u>鶏肉</u> <u>かまぼこ</u> <u>酒</u> <u>玉ねぎ</u> <u>油揚げ</u> <u>人参</u> <u>干し椎茸</u> <u>ねぎ</u> <u>濃口醤油</u> <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> <u>みりん</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> →竹輪 <u>小麦粉</u> <u>青のり粉</u> <u>大豆油</u> →キャベツ <u>人参</u> <u>いんげん</u> <u>白ごま</u> <u>濃口醤油</u> <u>上白糖</u> → <u>ももゼリー</u>	一回目 揚げ油の回転
24水	白ごはん 豚肉のあんからめ 茎わかめの炒め煮 すまし汁	→精白米 →豚肉 <u>濃口醤油</u> <u>生姜</u> <u>酒</u> <u>澱粉</u> <u>大豆油</u> <u>ウスターソース</u> <u>上白糖</u> →ごぼう <u>人参</u> <u>こんにゃく</u> <u>茎わかめ</u> <u>上白糖</u> <u>和風だしのもと</u> <u>酒</u> <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>サラダ油</u> →大根 <u>しめじ</u> <u>人参</u> <u>豆腐</u> <u>小松菜</u> <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> <u>だしパック(鰹なし)</u>	二回目 揚げ油の回転
25木	黒コッペパン タンドリーチキン 夏野菜サラダ 冬瓜スープ オレンジ	→ <u>黒コッペパン</u> →鶏肉 <u>ヨーグルト</u> <u>トマトケチャップ</u> <u>カレー粉</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> →キャベツ <u>ホールコーン</u> <u>きゅうり</u> <u>赤ピーマン</u> <u>イタリアンドレッシング</u> →豚肉 <u>サラダ油</u> <u>冬瓜</u> <u>人参</u> <u>しめじ</u> <u>玉ねぎ</u> <u>塩</u> <u>スープストック</u> <u>淡口醤油</u> <u>酒</u> → <u>オレンジ</u>	
26金	白ごはん スタミナ丼の具 揚げギョーザ 春雨スープ	→精白米 →牛肉 <u>にんにく</u> <u>玉ねぎ</u> <u>人参</u> <u>こんにゃく</u> <u>ピーマン</u> <u>濃口醤油</u> <u>中双糖</u> <u>みりん</u> <u>サラダ油</u> <u>和風だしのもと</u> → <u>ギョーザ</u> <u>大豆油</u> →春雨 <u>えのきたけ</u> <u>人参</u> <u>もやし</u> <u>ねぎ</u> <u>中華スープ</u> <u>濃口醤油</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u>	三回目(廃油)
29月	白ごはん イカのオイスターソース焼き 麻婆豆腐 ワンタンスープ	→精白米 →イカ <u>生姜</u> <u>にんにく</u> <u>濃口醤油</u> <u>酒</u> <u>みりん</u> <u>ごま油</u> <u>ねぎ</u> <u>白ごま</u> <u>オイスターソース</u> →豆腐 <u>豚肉</u> <u>大豆たんぱく</u> <u>生姜</u> <u>にんにく</u> <u>ごま油</u> <u>干し椎茸</u> <u>たけのこ</u> <u>中華スープ</u> <u>トマト</u> <u>豆味噌</u> <u>黄ピーマン</u> <u>赤味噌</u> <u>酒</u> <u>上白糖</u> <u>濃口醤油</u> <u>澱粉</u> → <u>ワンタンの皮</u> <u>人参</u> <u>もやし</u> <u>えのきたけ</u> <u>ねぎ</u> <u>大根</u> <u>チンゲン菜</u> <u>濃口醤油</u> <u>中華スープ</u> <u>塩</u>	
30火	ミートソーススパゲッティ オムレツ コールスローサラダ ヨーグルト	→ <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>赤ワイン</u> <u>セロリー</u> <u>玉ねぎ</u> <u>人参</u> <u>トマトケチャップ</u> <u>トマトピューレ</u> <u>トマト</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>脱脂粉乳</u> → <u>オムレツ</u> →キャベツ <u>きゅうり</u> <u>人参</u> <u>コールスロードレッシング</u> → <u>ヨーグルト</u>	
31水	白ごはん アジのスパイス焼き 炒り鶏 豆腐のすまし汁	→精白米 →アジ <u>酒</u> <u>生姜</u> <u>にんにく</u> <u>濃口醤油</u> <u>カレー粉</u> <u>塩</u> →鶏肉 <u>こんにゃく</u> <u>たけのこ</u> <u>人参</u> <u>干し椎茸</u> <u>ごぼう</u> <u>淡口醤油</u> <u>中双糖</u> <u>和風だしのもと</u> <u>酒</u> <u>みりん</u> <u>サラダ油</u> → <u>かまぼこ</u> <u>えのきたけ</u> <u>大根</u> <u>人参</u> <u>豆腐</u> <u>わかめ</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>淡口醤油</u> <u>濃口醤油</u> <u>塩</u>	
8月			
1木	コッペパン メンチカツ カラフルソテー パンプキンスープ	→ <u>コッペパン</u> → <u>メンチカツ</u> <u>大豆油</u> → <u>フランクフルト</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>クリームコーン</u> <u>かぼちゃペースト</u> <u>かぼちゃ</u> <u>玉ねぎ</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>スープストック</u> <u>豆乳</u> <u>サラダ油</u>	一回目 揚げ油の回転
2金	白ごはん 鶏肉のから揚げ 枝豆の塩ゆで なめこの味噌汁 甘夏ゼリー	→精白米 →鶏肉 <u>生姜</u> <u>濃口醤油</u> <u>酒</u> <u>澱粉</u> <u>米粉</u> <u>大豆油</u> →枝豆 <u>塩</u> →大根 <u>人参</u> <u>なめこ</u> <u>えのきたけ</u> <u>わかめ</u> <u>赤味噌</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> → <u>甘夏ゼリー</u>	二回目 揚げ油の回転
5月	白ごはん 五目厚焼き玉子 金平ごぼう 実だくさん味噌汁	→精白米 → <u>五目厚焼き玉子</u> →ごぼう <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>みりん</u> <u>サラダ油</u> →大根 <u>絹厚揚げ</u> <u>ねぎ</u> <u>わかめ</u> <u>人参</u> <u>豆味噌</u> <u>赤味噌</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>煮干粉</u>	
6火	カレーうどん 野菜コロッケ 磯香和え アセロラゼリー	→ <u>冷凍うどん</u> <u>鶏肉</u> <u>玉ねぎ</u> <u>人参</u> <u>油揚げ</u> <u>ねぎ</u> <u>カレールウ(パーモント)</u> <u>濃口醤油</u> <u>カレー粉</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>みりん</u> <u>サラダ油</u> → <u>野菜コロッケ</u> <u>大豆油</u> →ほうれん草 <u>キャベツ</u> <u>人参</u> <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>のり</u> → <u>アセロラゼリー</u>	三回目(廃油) 揚げ油の回転

7水	白ごはん サケの塩焼き 肉じゃが すまし汁	→精白米 →サケ <u>塩</u> <u>酒</u> →豚肉 <u>酒</u> <u>塩</u> <u>じゃがいも</u> <u>人参</u> <u>玉ねぎ</u> <u>しらたき</u> <u>中双糖</u> <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>和風だしのもと</u> <u>サラダ油</u> → <u>かまぼこ</u> <u>干し椎茸</u> <u>えのきたけ</u> <u>大根</u> <u>人参</u> <u>小松菜</u> <u>ねぎ</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> <u>酒</u>	
8木	黒コッペパン デミグラスソースハンバーグ ポテトサラダ ジュリエンスープ すいか	→ <u>黒コッペパン</u> → <u>ハンバーグ</u> <u>サラダ油</u> <u>玉ねぎ</u> <u>しめじ</u> <u>トマトケチャップ</u> <u>ウスターソース</u> <u>上白糖</u> <u>デミグラスソース</u> <u>赤ワイン</u> → <u>人参</u> <u>じゃがいも</u> <u>きゅうり</u> <u>ホールコーン</u> <u>卵不使用マヨネーズ</u> → <u>ベーコン</u> <u>人参</u> <u>玉ねぎ</u> <u>セロリー</u> <u>大根</u> <u>スープストック</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>パセリ粉</u> → <u>すいか</u>	
16金	白ごはん 夏野菜カレー ウインナー イタリアンサラダ ココア牛乳の素	→精白米 →豚肉 <u>赤ワイン</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>にんにく</u> <u>生姜</u> <u>サラダ油</u> <u>玉ねぎ</u> <u>かぼちゃ</u> <u>トマト</u> <u>人参</u> <u>なす</u> <u>カレールウ(パーモント)</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>脱脂粉乳</u> → <u>ウインナー</u> →キャベツ <u>ホールコーン</u> <u>黄ピーマン</u> <u>赤ピーマン</u> <u>いんげん</u> <u>イタリアンドレッシング</u> → <u>ココア牛乳の素</u>	
19月	白ごはん 蒸しシューマイ 八宝菜 わかめスープ 冷凍パン	→精白米 → <u>シューマイ</u> →豚肉 <u>酒</u> <u>濃口醤油</u> <u>生姜</u> <u>サラダ油</u> <u>イカ短冊</u> <u>玉ねぎ</u> <u>干し椎茸</u> <u>きくらげ</u> <u>キャベツ</u> <u>人参</u> <u>ピーマン</u> <u>濃口醤油</u> <u>酒</u> <u>上白糖</u> <u>塩</u> <u>中華スープ</u> <u>澱粉</u> <u>オイスターソース</u> →大根 <u>たけのこ</u> <u>人参</u> <u>豆腐</u> <u>なると</u> <u>わかめ</u> <u>ねぎ</u> <u>中華スープ</u> <u>鶏がらスープ</u> <u>濃口醤油</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> → <u>冷凍パン</u>	
20火	イタリアンスパゲッティ 鶏肉のハーブ焼き 海藻サラダ ヨーグルト	→ <u>スパゲッティ</u> <u>オリーブ油</u> <u>人参</u> <u>玉ねぎ</u> <u>ベーコン</u> <u>ホールコーン</u> <u>マッシュルーム水煮</u> <u>ピーマン</u> <u>トマトケチャップ</u> <u>スープストック</u> <u>ウスターソース</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> →鶏肉 <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>にんにく</u> <u>オレガノ</u> <u>レモン果汁</u> <u>オリーブ油</u> → <u>海藻ミックス</u> <u>キャベツ</u> <u>きゅうり</u> <u>人参</u> <u>青じそドレッシング</u> → <u>ヨーグルト</u>	
21水	白ごはん サバのごまだれ焼き こんにゃくの炒り煮 かぼちゃの味噌汁	→精白米 →サバ <u>濃口醤油</u> <u>酒</u> <u>みりん</u> <u>白ごま</u> →こんにゃく <u>人参</u> <u>鶏肉</u> <u>酒</u> <u>サラダ油</u> <u>上白糖</u> <u>みりん</u> <u>濃口醤油</u> <u>和風だしのもと</u> <u>かつお節</u> <u>いんげん</u> →かぼちゃ <u>ねぎ</u> <u>えのきたけ</u> <u>絹厚揚げ</u> <u>玉ねぎ</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>赤味噌</u> <u>白味噌</u>	
22木	食パン 白身魚フライ ゆでとうもろこし アルファベットスープ 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>とうもろこし</u> <u>塩</u> →じゃがいも <u>人参</u> <u>玉ねぎ</u> <u>キャベツ</u> <u>ベーコン</u> <u>アルファベットマカロニ</u> <u>パセリ粉</u> <u>スープストック</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> → <u>いちごジャム</u>	一回目 揚げ油の回転
23金	白ごはん ハヤシライス フライドポテト キャベツのマリネ	→精白米 →牛肉 <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>サラダ油</u> <u>赤ワイン</u> <u>玉ねぎ</u> <u>人参</u> <u>じゃがいも</u> <u>ハヤシフレーク</u> <u>デミグラスソース</u> <u>トマトケチャップ</u> <u>ウスターソース</u> <u>マッシュルーム水煮</u> → <u>フライドポテト</u> <u>大豆油</u> <u>塩</u> →キャベツ <u>枝豆</u> <u>人参</u> <u>玉ねぎ</u> <u>酢</u> <u>上白糖</u> <u>塩</u> <u>コンソメ</u>	二回目 揚げ油の回転
26月	白ごはん イカのオリーブ焼き コーンサラダ ポークカレー	→精白米 →イカ <u>白ワイン</u> <u>にんにく</u> <u>オリーブ油</u> <u>オレガノ</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> →ホールコーン <u>キャベツ</u> <u>きゅうり</u> <u>かんきつドレッシング</u> →豚肉 <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>にんにく</u> <u>生姜</u> <u>サラダ油</u> <u>しめじ</u> <u>玉ねぎ</u> <u>かぼちゃ</u> <u>カレールウ(パーモント)</u> <u>脱脂粉乳</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>	
27火	山菜うどん かき揚げ ひじきの炒め煮 巨峰ゼリー	→ <u>冷凍うどん</u> <u>山菜ミックス</u> <u>ねぎ</u> <u>人参</u> <u>鶏肉</u> <u>酒</u> <u>油揚げ</u> <u>干し椎茸</u> <u>かまぼこ</u> <u>淡口醤油</u> <u>濃口醤油</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>みりん</u> <u>塩</u> → <u>かき揚げ</u> <u>大豆油</u> →ひじき <u>人参</u> <u>鶏肉</u> <u>枝豆</u> <u>酒</u> <u>三温糖</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>巨峰ゼリー</u>	三回目(廃油) 揚げ油の回転

* 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食材表に詳細を表示してあります。
 * 調味料に、アレルギー食材を含むものもあります。
 (例⇒濃口醤油・淡口醤油・豆味噌等…大豆が含まれます。)
 ☆ご不明な点がございましたら、栄養士までご連絡ください。
 (北方町給食調理場 TEL 324-3002)