

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 10月 材料表

1	火	ちゃんぽん麺 ちゃんぽんスープ 鶏肉のから揚げ 三色ナムル みかん	→ <u>ちゃんぽん麺</u> → <u>豚肉 玉ねぎ 人参 イカ短冊 サラダ油 キャベツ ねぎ</u> <u>なると ちゃんぽんスープの素 塩 白こしょう</u> → <u>鶏肉 濃口醤油 生姜 酒 澱粉 大豆油</u> → <u>大根 いんげん 人参 白ごま 淡口醤油 酢 上白糖</u> <u>ごま油</u> → <u>みかん</u>	三 回 目 (<u>廃油</u>) 揚 げ 油 の 回 転
2	水	白飯 サンマのみぞれ煮 浦上そばろ すまし汁	→ <u>精白米</u> → <u>サンマのみぞれ煮</u> → <u>鶏肉 ごぼう 人参 こんにゃく サラダ油 酒 みりん</u> <u>上白糖 和風だしのもと いんげん 一味唐辛子</u> <u>濃口醤油</u> → <u>だしパック(鰹なし) えのきたけ 大根 人参 ゆば 塩</u> <u>干し椎茸 糸かまぼこ わかめ 淡口醤油 濃口醤油</u>	
3	木	食パン ピーンズコロケ カラフルソテー ポテトスープ ブルーベリージャム	→ <u>食パン</u> → <u>豆コロケ 大豆油</u> → <u>ベーコン ホールコーン キャベツ 人参 いんげん</u> <u>スープストック 塩 白こしょう サラダ油</u> → <u>フランクフルト 玉ねぎ 人参 じゃがいも 白こしょう</u> <u>スープストック 塩 パセリ</u> → <u>ブルーベリージャム</u>	一 回 目 揚 げ 油 の 回 転
4	金	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) 秋野菜カレー ウインナー キャベツのサラダ コーヒー牛乳の素(学園) ココア牛乳の素(こども園・保育園)	→ <u>精白米 大麦</u> → <u>精白米</u> → <u>豚肉 赤ワイン 塩 白こしょう 生姜 にんにく サラダ油</u> <u>玉ねぎ じゃがいも 人参 しめじ さつまいも 脱脂粉乳</u> <u>カレールー(パーモント) カレールー(ディナー)</u> <u>りんごピューレ トマトケチャップ ウスターソース</u> → <u>ウインナー</u> → <u>キャベツ 人参 ホールコーン かんきつドレッシング</u> → <u>コーヒー牛乳の素</u> → <u>ココア牛乳の素</u>	
7	月	麦ごはん 白飯(こども園・保育園) シューマイ ホイコーロー もずくスープ オレンジ	→ <u>精白米 大麦</u> → <u>精白米</u> → <u>シューマイ</u> → <u>豚肉 キャベツ ピーマン 人参 ねぎ にんにく 生姜</u> <u>ごま油 オイスターソース 豆板醤 酒 濃口醤油</u> <u>上白糖 澱粉</u> → <u>もずく 白菜 人参 豆腐 ねぎ 淡口醤油 塩</u> <u>中華スープ</u> → <u>オレンジ</u>	
8	火	うどん かやくうどんの汁 かき揚げ 里芋のそぼろ煮	→ <u>食用うどん(こども園・保育園:うどん)</u> → <u>鶏肉 干し椎茸 酒 大根 えのきたけ 人参 ねぎ</u> <u>かまぼこ 小松菜 淡口醤油 塩 だしパック(鰹なし)</u> → <u>かき揚げ 大豆油</u> → <u>里芋 人参 いんげん 鶏肉 生姜 中双糖 濃口醤油</u> <u>和風だしのもと みりん サラダ油</u>	二 回 目 揚 げ 油 の 回 転
9	水	白飯 鶏肉の照り焼き こんにゃくの炒り煮 じゃがいもの味噌汁	→ <u>精白米</u> → <u>鶏肉 生姜 酒 濃口醤油 みりん</u> → <u>こんにゃく ごぼう 鶏肉 酒 いんげん サラダ油</u> <u>上白糖 みりん 和風だしのもと 濃口醤油 かつお節</u> → <u>じゃがいも 玉ねぎ 刻み昆布 油揚げ えのきたけ</u> <u>赤味噌 白味噌 だしパック(鰹なし)</u>	
10	木	黒コッペパン イカのオリーブ焼き 豆のサラダ 秋野菜シチュー ブルーベリーゼリー	→ <u>黒コッペパン</u> → <u>イカ 白ワイン 塩 白こしょう にんにく オリーブ油</u> <u>オレガノ</u> → <u>ミックスビーンズ キャベツ 大根 きゅうり</u> <u>香りごまドレッシング</u> → <u>鶏肉 サラダ油 白ワイン 玉ねぎ 人参 さつまいも</u> <u>しめじ 生椎茸 マッシュルーム水煮 パター 小麦粉</u> <u>塩 白こしょう スープストック 牛乳 脱脂粉乳 枝豆</u> → <u>ブルーベリーゼリー</u>	
11	金	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) アユの柿だれかけ (未満児以外) 白身魚フライの柿だれか け(未満児のみ) 枝豆とれんこんの味噌炒 め きのこ汁	→ <u>精白米 大麦</u> → <u>精白米</u> → <u>アユ 塩 白こしょう 米粉 澱粉 大豆油 上白糖</u> <u>淡口醤油 酒 柿ジャム 澱粉</u> → <u>白身魚フライ 大豆油 上白糖 淡口醤油 酒 柿ジャム</u> <u>澱粉</u> → <u>れんこん 枝豆 人参 ごま油 みりん 上白糖 赤味噌</u> <u>濃口醤油 白ごま</u> → <u>なめこ水煮 しめじ えのきたけ 人参 油揚げ ねぎ</u> <u>大根 だしパック(鰹なし) 淡口醤油 塩 酒</u>	三 回 目 (<u>廃油</u>) 揚 げ 油 の 回 転
15	火 ※ こ 保 の み ※	中華麺 味噌ラーメンスープ 大学芋 三色和え ヨーグルト	→ <u>中華麺</u> → <u>豚肉 酒 にんにく 生姜 サラダ油 キャベツ 人参</u> <u>玉ねぎ ねぎ なると しなちく ホールコーン</u> <u>味噌ラーメンの素 白こしょう</u> → <u>さつまいも 大豆油 上白糖 濃口醤油 黒ごま</u> → <u>大根 人参 きゅうり 淡口醤油 上白糖 和風だしのもと</u> → <u>ヨーグルト</u>	一 回 目 揚 げ 油 の 回 転
16	水 ※ こ 保 の み ※	白飯 シイラの香味焼き 五目きんぴら 沢煮椀	→ <u>精白米</u> → <u>シイラ ねぎ 生姜 にんにく 塩 濃口醤油 酒</u> <u>白ごま</u> → <u>こんにゃく 人参 れんこん さつま揚げ いんげん</u> <u>上白糖 濃口醤油 みりん サラダ油</u> → <u>豚肉 酒 人参 ごぼう たけのこ水煮 刻み昆布</u> <u>ねぎ 淡口醤油 濃口醤油 塩 みりん</u> <u>だしパック(鰹なし) 白こしょう</u>	
17	木	バンズパン ハンバーグの トマトソースかけ カラフルサラダ ABCスープ ココア牛乳の素	→ <u>バンズパン</u> → <u>ハンバーグ トマト水煮 トマトケチャップ ウスターソース</u> <u>上白糖 澱粉</u> → <u>人参 ホールコーン キャベツ いんげん</u> <u>かんきつドレッシング</u> → <u>ベーコン 玉ねぎ じゃがいも 人参 マカロニ 枝豆</u> <u>スープストック 塩 白こしょう 淡口醤油</u> → <u>ココア牛乳の素</u>	
18	金	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) カツオの更紗揚げ ピーマンの炒め物 どろめ汁	→ <u>精白米 大麦</u> → <u>精白米</u> → <u>カツオ 酒 濃口醤油 生姜 みりん 米粉 澱粉</u> <u>カレー粉 大豆油</u> → <u>ごぼう 鶏肉 人参 こんにゃく ピーマン 三温糖</u> <u>濃口醤油 酒 みりん 和風だしのもと 白ごま ごま油</u> → <u>豆腐 えのきたけ 白菜 人参 ねぎ しらす干し</u> <u>赤味噌 白味噌 だしパック(鰹なし) わかめ</u>	二 回 目 (<u>廃油</u>) 揚 げ 油 の 回 転
21	月	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) 豚肉の香味焼き 麻婆豆腐 中華スープ 冷凍みかん	→ <u>精白米 大麦</u> → <u>精白米</u> → <u>豚肉 濃口醤油 みりん 酒 生姜 にんにく</u> → <u>冷凍豆腐 大豆たんぱく 豚肉 生姜 にんにく ごま油</u> <u>干し椎茸 たけのこ水煮 たら トマト 黄ピーマン</u> <u>中華スープ 赤味噌 上白糖 酒 濃口醤油 澱粉</u> <u>豆味噌</u> → <u>アサリ チンゲンサイ まいたけ水煮 人参 きくらげ</u> <u>ねぎ 中華スープ 淡口醤油 塩 白こしょう</u> → <u>冷凍みかん</u>	
22	火	ソフト麺 カレーソース れんこんチップス キャベツのマリネ さつまいもと栗のタルト	→ <u>ソフト麺(こども園・保育園:スパゲッティ)</u> → <u>豚肉 にんにく サラダ油 大豆たんぱく 玉ねぎ 人参</u> <u>グリーンピース トマトケチャップ カレー粉</u> <u>カレールー(パーモント) カレールー(ディナー)</u> <u>ウスターソース 脱脂粉乳</u> → <u>れんこん 大豆油 塩 青のり粉</u> → <u>キャベツ 人参 いんげん ホールコーン サラダ油 塩</u> <u>白こしょう 酢 レモン果汁 上白糖 コンソメ</u> → <u>さつまいもと栗のタルト</u>	一 回 目 揚 げ 油 の 回 転
23	水	白飯 サバのカレー焼き 炒り高野豆腐 呉汁	→ <u>精白米</u> → <u>サバ 酒 生姜 にんにく カレー粉 濃口醤油 ねぎ</u> → <u>鶏肉 サラダ油 酒 高野豆腐 人参 干し椎茸</u> <u>グリーンピース 淡口醤油 上白糖 和風だしのもと</u> → <u>鶏肉 ごぼう 人参 じゃがいも しめじ ねぎ 豆乳</u> <u>だしパック(鰹なし) 大豆ペースト 赤味噌 豆味噌</u>	
24	木	コッペパン かぼちゃ肉サンドフライ イタリアンサラダ ジュリエンスープ 巨峰ゼリー	→ <u>コッペパン</u> → <u>かぼちゃ肉サンドフライ 大豆油</u> → <u>赤ピーマン 黄ピーマン 枝豆 キャベツ ホールコーン</u> <u>イタリアンドレッシング</u> → <u>ベーコン 人参 玉ねぎ セロリー 大根 スープストック</u> <u>塩 白こしょう パセリ</u> → <u>巨峰ゼリー</u>	二 回 目 揚 げ 油 の 回 転
25	金	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) ツパスの照り焼き 吹き寄せ煮 里芋の味噌汁	→ <u>精白米 大麦</u> → <u>精白米</u> → <u>ツパス 酒 淡口醤油 生姜 濃口醤油 みりん 上白糖</u> → <u>鶏肉 ごぼう 人参 れんこん 栗水煮 干し椎茸</u> <u>いんげん 濃口醤油 酒 みりん 中双糖</u> <u>和風だしのもと サラダ油</u> → <u>里芋 油揚げ 大根 人参 しめじ 豆味噌 赤味噌</u> <u>だしパック(鰹なし)</u>	
28	月 ※ こ 保 の み ※	白飯 ハヤシライス ほうれん草オムレツ 海藻サラダ	→ <u>精白米</u> → <u>豚肉 塩 白こしょう サラダ油 にんにく 赤ワイン</u> <u>人参 じゃがいも 玉ねぎ ハヤシフレーク</u> <u>デミグラスソース マッシュルーム水煮 トマトケチャップ</u> → <u>ほうれん草オムレツ</u> → <u>海藻ミックス 大根 枝豆 ホールコーン</u> <u>青じそドレッシング</u>	
29	火	うどん けんちんうどんの汁 竹輪のごま揚げ おかか和え	→ <u>食用うどん(こども園・保育園:うどん)</u> → <u>大根 人参 こんにゃく 鶏肉 酒 干し椎茸 糸かまぼこ</u> <u>油揚げ ねぎ 濃口醤油 淡口醤油 みりん 塩</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> → <u>焼き竹輪 小麦粉 白ごま 大豆油</u> → <u>キャベツ 人参 小松菜 濃口醤油 みりん かつお節</u>	三 回 目 揚 げ 油 の 回 転
30	水	白飯 イカのオイスターソース 焼き ナムル わかめスープ パインアップル	→ <u>精白米</u> → <u>イカ 生姜 にんにく 濃口醤油 酒 みりん ごま油</u> <u>ねぎ オイスターソース</u> → <u>もやし ほうれん草 キャベツ 人参 白ごま 濃口醤油</u> <u>豆板醤 酢 塩 上白糖 ごま油</u> → <u>大根 糸かまぼこ なめこ水煮 玉ねぎ わかめ ねぎ</u> <u>中華スープ 濃口醤油 塩 白こしょう</u> → <u>パインアップル</u>	
31	木	黒コッペパン 大豆の包み揚げ キャベツのソテー パンプキンスープ ハロウィンデザート	→ <u>黒コッペパン</u> → <u>大豆の包み揚げ 大豆油</u> → <u>フランクフルト キャベツ 人参 いんげん スープストック</u> <u>塩 白こしょう サラダ油</u> → <u>かぼちゃ 玉ねぎ クリームコーン かぼちゃペースト</u> <u>豆乳 パセリ スープストック 塩 白こしょう 小麦粉</u> <u>マーガリン サラダ油</u> → <u>ハロウィンデザート</u>	四 回 目 (<u>廃油</u>) 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。 ※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)
※パンには、脱脂粉乳が微量に含まれています。 ※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 ☎324-3002)