

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 3月 材料表

3月	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) エビフライ 筑前煮  豆腐のすまし汁  三色ゼリー	→精白米 大麦 →精白米 → <u>エビフライ 大豆油</u> →鶏肉 ごぼう れんこん 人参 干し椎茸 枝豆 <u>濃口醤油</u> 三温糖 <u>和風だしのもと</u> <u>酒</u> <u>みりん</u> <u>サラダ油</u> → <u>ちらしかまぼこ</u> <u>まいたけ水煮</u> <u>豆腐</u> <u>小松菜</u> <u>わかめ</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> <u>酒</u> → <u>三色ゼリー</u>	二回目 揚げ油の回転
4月	中華麺 塩ラーメンスープ  揚げぎょうざ ナムル	→中華麺 →豚肉 生姜 にんにく <u>サラダ油</u> <u>しなちく</u> 人参 チンゲン菜 きくらげ <u>なると</u> <u>ねぎ</u> <u>鶏がらスープ</u> <u>塩ラーメンスープの素</u> <u>白こしょう</u> → <u>ぎょうざ 大豆油</u> →もやし ほうれん草 キャベツ 人参 白ごま <u>濃口醤油</u> <u>豆板醤</u> <u>酢</u> <u>塩</u> <u>上白糖</u> <u>ごま油</u>	三回目 揚げ油の回転
5月	白飯 アジのスパイス焼き 肉じゃが  大根の味噌汁	→白飯 →アジ <u>酒</u> 生姜 にんにく <u>濃口醤油</u> <u>カレー粉</u> <u>塩</u> →豚肉 <u>酒</u> じゃがいも 人参 玉ねぎ しらたき 中双糖 <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> →大根 人参 しめじ <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(鰹なし)</u>	
6月	米粉バーガーパン 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  お祝いデザート (学園のみ)	→米粉バーガーパン →ハンバーグ <u>トマト水煮</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>澱粉</u> →人参 いんげん キャベツ 黄ピーマン <u>かんきつドレッシング</u> →じゃがいも 人参 玉ねぎ <u>マカロニ</u> <u>ベーコン</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>お祝いデザート</u>	
7月	白飯(こども園・保育園) 鶏肉の生姜焼き ひじきの煮物  なめこの味噌汁	→精白米 →鶏肉 <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>酒</u> 生姜 →ひじき 人参 大豆水煮 鶏肉 いんげん 干し椎茸 こんにゃく 中双糖 <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> →かぼちゃ なめこ水煮 えのきたけ わかめ <u>絹厚揚げ</u> <u>ねぎ</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>赤味噌</u> <u>豆味噌</u>	
10月	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) カツオフライ さつますじの具  さつます汁	→精白米 大麦 →精白米 →カツオフライ <u>大豆油</u> →干し椎茸 <u>かんぴょう</u> <u>れんこん</u> 人参 <u>油揚げ</u> <u>高野豆腐</u> <u>サラダ油</u> <u>上白糖</u> <u>淡口醤油</u> <u>和風だしのもと</u> <u>酢</u> <u>塩</u> <u>いんげん</u> <u>炒り玉子</u> →鶏肉 ごぼう 大根 <u>豆腐</u> <u>里芋</u> <u>ねぎ</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>白味噌</u> <u>赤味噌</u>	四回目 (廃油)
11月	五目うどん  かきあげ なばなのごま和え	→ <u>食用うどん(こども園・保育園:うどん)</u> 鶏肉 干し椎茸 白菜 えのきたけ <u>かまぼこ</u> 人参 <u>ねぎ</u> <u>淡口醤油</u> <u>酒</u> <u>塩</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> →かきあげ <u>大豆油</u> →人参 <u>なばな</u> <u>もやし</u> <u>ホールコーン</u> <u>淡口醤油</u> <u>みりん</u> <u>白ごま</u>	一回目 揚げ油の回転
12月	白飯 サワラの塩こうじ焼き 炒り高野豆腐  沢煮汁  ヨーグルト	→白飯 →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>サラダ油</u> <u>高野豆腐</u> 人参 干し椎茸 グリーンピース <u>淡口醤油</u> <u>上白糖</u> <u>和風だしのもと</u> →豚肉 <u>酒</u> 人参 ごぼう たけのこ水煮 <u>糸昆布</u> <u>ねぎ</u> <u>淡口醤油</u> <u>濃口醤油</u> <u>塩</u> <u>みりん</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> → <u>ヨーグルト</u>	
13月	食パン 鶏肉のハーブ焼き  カラフルソテー  コーンスープ  りんごジャム	→ <u>食パン</u> →鶏肉 <u>塩</u> <u>白こしょう</u> にんにく <u>オレガノ</u> <u>レモン果汁</u> <u>オリーブ油</u> → <u>ベーコン</u> <u>キャベツ</u> 人参 <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> →玉ねぎ <u>クリームコーン</u> <u>ホールコーン</u> 牛乳 <u>脱脂粉乳</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> 小麦粉 <u>バター</u> <u>サラダ油</u> → <u>りんごジャム</u>	
14月	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) 豚肉のあんからめ  沢あざみのきんぴら  トマト味噌汁	→精白米 大麦 →精白米 →豚肉 <u>酒</u> <u>濃口醤油</u> 生姜 <u>澱粉</u> <u>大豆油</u> <u>ウスターソース</u> <u>上白糖</u> <u>濃口醤油</u> <u>澱粉</u> →ごぼう 人参 <u>こんにゃく</u> <u>沢あざみ</u> <u>いんげん</u> <u>白ごま</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>サラダ油</u> →トマト <u>豆腐</u> <u>ほうれん草</u> 人参 玉ねぎ <u>赤味噌</u> <u>だしパック(鰹なし)</u>	二回目 揚げ油の回転
17月	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) 鶏肉のから揚げ 華風和え  中華スープ	→精白米 大麦 →精白米 →鶏肉 <u>濃口醤油</u> 生姜 <u>酒</u> <u>澱粉</u> <u>大豆油</u> →大根 枝豆 人参 <u>春雨</u> <u>淡口醤油</u> <u>上白糖</u> <u>酢</u> <u>ごま油</u> →あさり チンゲン菜 えのきたけ 人参 きくらげ <u>ねぎ</u> <u>中華スープ</u> <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u>	三回目 (廃油)

18月	ソフト麺 ミートソース  大豆と小魚の揚げがらめ  キャベツのサラダ お祝いゼリー (こども園のみ)	→ <u>ソフト麺(こども園・保育園:スパゲッティ)</u> →豚肉 にんにく <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> 人参 セロリー グリンピース <u>トマトケチャップ</u> <u>トマトピューレ</u> 中双糖 <u>ウスターソース</u> <u>スープストック</u> 小麦粉 <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> →大豆水煮 <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> →キャベツ 枝豆 人参 <u>かんきつドレッシング</u> → <u>お祝いゼリー</u>	一回目 揚げ油の回転
19月	白飯 豚肉の照り焼き ごま和え  すまし汁	→白飯 →豚肉 <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>上白糖</u> →小松菜 <u>キャベツ</u> <u>白菜</u> 人参 <u>和風だしのもと</u> <u>上白糖</u> <u>濃口醤油</u> <u>白ごま</u> → <u>糸かまぼこ</u> 干し椎茸 大根 人参 <u>ゆば</u> <u>わかめ</u> <u>ねぎ</u> <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> <u>酒</u> <u>だしパック(鰹なし)</u>	
21月	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) サバの南部焼き きんぴらごぼう  呉汁  オレンジ	→精白米 大麦 →精白米 →サバ <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>酒</u> <u>白ごま</u> →ごぼう 人参 <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> →えのきたけ かぼちゃ 人参 大根 <u>ねぎ</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>大豆ペースト</u> <u>豆乳</u> <u>赤味噌</u> <u>豆味噌</u> → <u>オレンジ</u>	
24月	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) ハヤシライス  ウインナー 海藻サラダ	→精白米 大麦 →精白米 →豚肉 <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>サラダ油</u> にんにく <u>赤ワイン</u> 人参 じゃがいも 玉ねぎ <u>マッシュルーム水煮</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>ウインナー</u> → <u>海藻ミックス</u> 大根 <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>	
25月	山菜うどん  竹輪のごま揚げ おひたし  りんご	→ <u>食用うどん(こども園・保育園:うどん)</u> <u>山菜ミックス</u> <u>ねぎ</u> 人参 鶏肉 <u>酒</u> <u>油揚げ</u> 干し椎茸 <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> →竹輪 小麦粉 <u>白ごま</u> <u>大豆油</u> →エリンギ 人参 小松菜 <u>キャベツ</u> <u>濃口醤油</u> <u>上白糖</u> <u>かつお節</u> → <u>りんご</u>	二回目 (廃油)
26月	白飯 シューマイ マーボー豆腐  わかめスープ  お祝いゼリー (保育園のみ)	→精白米 → <u>シューマイ</u> → <u>冷凍豆腐</u> 豚肉 生姜 にんにく 干し椎茸 たけのこ水煮 たら 人参 <u>中華スープ</u> <u>赤味噌</u> <u>上白糖</u> <u>酒</u> <u>濃口醤油</u> <u>オイスターソース</u> <u>澱粉</u> <u>ごま油</u> →大根 人参 <u>糸かまぼこ</u> <u>なめこ水煮</u> 玉ねぎ <u>わかめ</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> → <u>お祝いゼリー</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 324-3002)