

7 月 ※こども園・保育園のみ	白飯	→精白米	
	ウインナー	→ウインナー	
	コーンサラダ	→ホールコーン キャベツ 人参 かんきつドレッシング	
	ポークカレー	→豚肉 塩 白こしょう にんにく 生姜 サラダ油 しめじ 玉ねぎ じゃがいも 人参 カレールウ(バーモント) りんごピューレ トマトケチャップ ウスターソース 脱脂粉乳	
8 火	中華麺	→中華麺	揚げ油の回転
	醤油ラーメンスープ	→豚肉 酒 もやし 人参 白菜 なると ねぎ 醤油ラーメンスープ 白こしょう サラダ油	
	春巻 ナムル さくらゼリー	→春巻 大豆油 →大根 いんげん 人参 白ごま 上白糖 醋 淡口醤油 ごま油 →さくらゼリー	
9 水	白飯 サワラのあけぼの焼き 肉じゃが 五目すまし汁	→白飯 →サワラ 塩 白こしょう 白ワイン 卵不使用マヨネーズ 赤ピーマン →豚肉 酒 じゃがいも 人参 玉ねぎ しらたき 中双糖 濃口醤油 みりん 和風だしのもと サラダ油 →豆腐 人参 ごぼう 大根 えのきたけ 昆布 ねぎ 淡口醤油 塩 みりん だしパック(鰹なし)	
10 木	黒コッペパン 豚肉の香味焼き 海藻サラダ クリームシチュー	→黒コッペパン →豚肉 濃口醤油 みりん 酒 生姜 にんにく →大根 ホールコーン 人参 海藻ミックス 青じそドレッシング →鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ パセリ 小麦粉 バター 牛乳 脱脂粉乳 塩 白こしょう スープストック サラダ油	
11 金	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) 鶏肉のから揚げ 五目きんぴら 豆腐の味噌汁	→精白米 大麦 →精白米 →鶏肉 濃口醤油 生姜 酒 濃粉 大豆油 →ごぼう 鶏肉 人参 こんにゃく いんげん 中双糖 濃口醤油 酒 みりん 和風だしのもと 白ごま ごま油 →豆腐 人参 油揚げ 大根 わかめ えのきたけ 赤味噌 だしパック(鰹なし)	揚げ油の回転
14 月	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) 揚げギョーザ 麻婆豆腐 わかめスープ	→精白米 大麦 →精白米 →ギョーザ 大豆油 →冷凍豆腐 豚肉 大豆たんぱく 生姜 にんにく 上白糖 干し椎茸 たけのこ にら 人参 中華スープ 赤味噌 酒 濃口醤油 オイスターソース 濃粉 ごま油 →キャベツ 人参 糸かまぼこ なめこ 玉ねぎ わかめ ねぎ 中華スープ 濃口醤油 塩 白こしょう	揚げ油の回転
15 火	うどん きつねうどんの汁 かき揚げ こんにゃくの炒り煮 ヨーグルト	→食用うどん(こども園・保育園:うどん) →鶏肉 かまぼこ 人参 酒 玉ねぎ 油揚げ 大根 ねぎ 濃口醤油 淡口醤油 塩 だしパック(鰹なし) →かき揚げ 大豆油 →こんにゃく 人参 鶏肉 酒 いんげん サラダ油 上白糖 濃口醤油 みりん 和風だしのもと かつお節 →ヨーグルト	揚げ油の回転
16 水	白飯 アジの南部焼き 五目豆 豚汁 ふりかけ	→白飯 →アジ 生姜 塩 濃口醤油 酒 白ごま 黒ごま →大豆 こんにゃく 人参 鶏肉 いんげん 酒 中双糖 濃口醤油 みりん 和風だしのもと →豚肉 ごぼう 大根 人参 ねぎ 豆味噌 だしパック(鰹なし) 煮干し粉 →ふりかけ	
17 木	コッペパン ハンバーグのトマトソースかけ カラフルサラダ コーンスープ	→コッペパン →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 上白糖 濃粉 →人参 キャベツ いんげん かんきつドレッシング →クリームコーン ホールコーン 玉ねぎ サラダ油 バター 小麦粉 塩 白こしょう スープストック 牛乳 脱脂粉乳	
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	→精白米 大麦 →精白米 →カツオ 酒 濃口醤油 生姜 みりん 米粉 濃粉 カレー粉 大豆油 →ごぼう 鶏肉 人参 こんにゃく ピーマン 三温糖 濃口醤油 酒 みりん 和風だしのもと 白ごま ごま油 →豆腐 えのきたけ 白菜 人参 ねぎ わかめ シラス だしパック(鰹なし) 赤味噌 白味噌	揚げ油の回転

4月 材料表

21 月	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) サバのカレー焼き ひじきの煮付け 沢煮汁 アセロラゼリー	→精白米 大麦 →精白米 →サバ 酒 生姜 にんにく カレー粉 濃口醤油 →サラダ油 ひじき 人参 酒 油揚げ 枝豆 みりん 三温糖 濃口醤油 和風だしのもと 白ごま →豚肉 酒 人参 ごぼう たけのこ 昆布 ねぎ 淡口醤油 濃口醤油 塩 みりん だしパック(鰹なし) →アセロラゼリー	
22 火	ソフト麺 フレッシュトマトの ボロネーゼソース かぼちゃサンドフライ イタリアンサラダ	→ソフト麺(こども園・保育園:スパゲッティ) →豚肉 大豆たんぱく にんにく 赤ワイン オリーブ油 玉ねぎ 人参 セロリートマト トマトケチャップ トマトピューレ 上白糖 ウスターソース スープストック 塩 白こしょう →かぼちゃサンドフライ 大豆油 →赤ピーマン 枝豆 キャベツ ホールコーン イタリアンドレッシング	揚げ油の回転
23 水	白飯 鶏肉の香味焼き たけのこの土佐煮 アサリの味噌汁	→白飯 →鶏肉 生姜 にんにく 塩 濃口醤油 酒 →たけのこ 人参 こんにゃく いんげん 三温糖 淡口醤油 みりん 和風だしのもと かつお節 →大根 人参 アサリ 酒 ねぎ 豆腐 えのきたけ 豆味噌 だしパック(鰹なし)	
24 木	食パン 白身魚フライ ポテトサラダ 春キャベツのスープ いちごジャム	→食パン →白身魚フライ 大豆油 →じゃがいも いんげん 人参 香りごまドレッシング →キャベツ 人参 玉ねぎ 鶏肉 スープストック 塩 白こしょう →いちごジャム	揚げ油の回転
25 金	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) 奥美濃風カレー フライドポテト カラフルソテー	→精白米 大麦 →精白米 →鶏肉 生姜 にんにく 赤ワイン 塩 白こしょう サラダ油 じゃがいも 玉ねぎ 人参 トマトケチャップ トマトピューレ りんごピューレ 脱脂粉乳 ウスターソース 郡上味噌 カレールウ(バーモント) カレールウ(ディナー) →フライドポテト 大豆油 塩 →ホールコーン キャベツ 人参 いんげん スープストック 塩 白こしょう サラダ油	揚げ油の回転
28 月	麦ごはん(学園) 白飯(こども園・保育園) シユーマイ ホイコーロー ¹ もずくスープ オレンジ	→精白米 大麦 →精白米 →シユーマイ →豚肉 にんにく 生姜 ごま油 キャベツ ピーマン 人参 ねぎ オイスターソース 豆板醤 酒 濃口醤油 上白糖 濃粉 →もずく 白菜 人参 豆腐 ねぎ 淡口醤油 塩 中華スープ →オレンジ	
30 水	白飯 豚肉のごまだれ焼き 炒り高野豆腐 じゃがいもの味噌汁	→白飯 →豚肉 濃口醤油 みりん 白ごま 酒 →鶏肉 サラダ油 酒 高野豆腐 人参 干し椎茸 グリンピース 淡口醤油 上白糖 和風だしのもと →じゃがいも 玉ねぎ 人参 昆布 油揚げ えのきたけ だしパック(鰹なし) 赤味噌 白味噌	

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、加工食品等アレルゲン一覧表に詳細を表示しています。
 - * 調味料に、アレルゲン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)