

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3年度 11月 材料表

1月	コッペパン 魚のフライ さつまいもサラダ  大根のスープ	→ <u>コッペパン</u> → <u>魚フライ</u> <u>大豆油</u> → <u>さつまいも</u> <u>にんじん</u> <u>ホールコーン</u> <u>さやいんげん</u> → <u>卵不使用マヨネーズ</u> → <u>サラダ油</u> <u>ベーコン</u> <u>玉ねぎ</u> <u>大根</u> <u>にんじん</u> → <u>スープストック</u> <u>塩</u> <u>こしょう</u>	3 回目 ( <u>廃油</u> ) 揚げ油の回転
2火	うどん しつぽくうどん  千草焼き 五目きんぴら	→ <u>食用うどん</u> (幼稚園・保育園: <u>うどん</u> ) → <u>鶏肉</u> <u>干し椎茸</u> <u>油揚げ</u> <u>里芋</u> <u>大根</u> <u>白菜</u> <u>ねぎ</u> → <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>塩</u> <u>だしパック</u> ( <u>鰹なし</u> ) → <u>千草焼き</u> → <u>サラダ油</u> <u>ごぼう</u> <u>にんじん</u> <u>こんにやく</u> → <u>さつま揚げ</u> <u>さやいんげん</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>	
4木	麦ごはん 鶏肉の照り焼き ごまあえ  みそけんちん汁	→ <u>精白米</u> <u>大麦</u> → <u>鶏肉</u> <u>しょうが</u> <u>酒</u> <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>上白糖</u> → <u>小松菜</u> <u>白菜</u> <u>にんじん</u> <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>大根</u> <u>じゃがいも</u> <u>油揚げ</u> <u>豆腐</u> → <u>だしパック</u> ( <u>鰹なし</u> ) <u>赤味噌</u>	
5金	麦ごはん ポークカレー  さつまいもチップス グリーンサラダ	→ <u>精白米</u> <u>大麦</u> → <u>豚肉</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>しょうが</u> <u>にんにく</u> <u>サラダ油</u> → <u>玉ねぎ</u> <u>にんじん</u> <u>じゃがいも</u> <u>ケチャップ</u> → <u>りんごピューレ</u> <u>ウスターソース</u> → <u>カレールウ</u> ( <u>パーモント</u> 、 <u>ディナー</u> ) <u>脱脂粉乳</u> → <u>塩</u> <u>白こしょう</u> → <u>さつまいも</u> <u>大豆油</u> <u>塩</u> → <u>キャベツ</u> <u>ブロッコリー</u> <u>さやいんげん</u> → <u>コーンクリーミードレッシング</u>	1 回目 揚げ油の回転
8月	食パン 豚肉のオリーブ焼き  海藻サラダ  パンプキンスープ	→ <u>食パン</u> → <u>豚肉</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>バジル</u> <u>オレガノ</u> <u>オリーブ油</u> → <u>レモン果汁</u> → <u>キャベツ</u> <u>ホールコーン</u> <u>さやいんげん</u> → <u>海藻ミックス</u> <u>かんきつドレッシング</u> → <u>バター</u> <u>玉ねぎ</u> <u>かぼちゃペースト</u> → <u>クリームコーン</u> <u>牛乳</u> <u>スープストック</u> <u>塩</u> → <u>白こしょう</u>	
9火	中華麺 高山ラーメン  大豆と小魚のあめからめ  小松菜のソテー	→ <u>中華麺</u> → <u>サラダ油</u> <u>豚肉</u> <u>酒</u> <u>にんじん</u> <u>もやし</u> <u>白菜</u> → <u>なると</u> <u>ねぎ</u> <u>中華スープ</u> <u>鶏豚湯</u> <u>濃口醤油</u> → <u>塩</u> <u>白こしょう</u> → <u>さつまいも</u> <u>ゆで大豆</u> <u>澱粉</u> <u>大豆油</u> → <u>乾燥小魚</u> <u>上白糖</u> <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>白ごま</u> → <u>サラダ油</u> <u>玉ねぎ</u> <u>しめじ</u> <u>ホールコーン</u> <u>小松菜</u> → <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>スープストック</u>	2 回目 揚げ油の回転
10水	麦ごはん 厚揚げのみそかけ  おひたし  五目汁	→ <u>精白米</u> <u>大麦</u> → <u>厚揚げ</u> <u>サラダ油</u> <u>豚肉</u> <u>豆味噌</u> <u>上白糖</u> <u>しょうが</u> → <u>みりん</u> <u>酒</u> <u>澱粉</u> → <u>にんじん</u> <u>キャベツ</u> <u>小松菜</u> <u>和風だしのもと</u> → <u>淡口醤油</u> <u>みりん</u> → <u>鶏肉</u> <u>大根</u> <u>にんじん</u> <u>高野豆腐</u> <u>里芋</u> <u>ねぎ</u> → <u>だしパック</u> ( <u>鰹なし</u> ) <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> <u>みりん</u>	
11木	麦ごはん ししゃもの豆揚げ 牛乳おから  小松菜のすまし汁	→ <u>精白米</u> <u>大麦</u> → <u>ししゃも</u> <u>小麦粉</u> <u>澱粉</u> <u>大豆</u> <u>大豆油</u> → <u>サラダ油</u> <u>鶏肉</u> <u>酒</u> <u>油揚げ</u> <u>干し椎茸</u> <u>玉ねぎ</u> → <u>ホールコーン</u> <u>ねぎ</u> <u>おから</u> <u>三温糖</u> → <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>和風だしのもと</u> <u>牛乳</u> → <u>大根</u> <u>にんじん</u> <u>しめじ</u> <u>ちらしかまぼこ</u> <u>小松菜</u> → <u>わかめ</u> <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> <u>だしパック</u> <u>酒</u>	3 回目 揚げ油の回転
12金	麦ごはん ピピンパ  もずくスープ	→ <u>精白米</u> <u>大麦</u> → <u>ごま油</u> <u>しょうが</u> <u>にんにく</u> <u>豚肉</u> <u>酒</u> <u>豆板醤</u> → <u>ぜんまい水煮</u> <u>にんじん</u> <u>もやし</u> <u>炒り玉子</u> <u>小松菜</u> → <u>上白糖</u> <u>濃口醤油</u> <u>白ごま</u> <u>一味唐辛子</u> → <u>もずく</u> <u>白菜</u> <u>にんじん</u> <u>豆腐</u> <u>ねぎ</u> <u>淡口醤油</u> → <u>塩</u> <u>中華スープ</u>	
15月	米粉コッペパン ホキのマリネ  ごぼうサラダ  ポトフ	→ <u>米粉コッペパン</u> → <u>ホキ</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>澱粉</u> <u>大豆油</u> <u>玉ねぎ</u> → <u>にんじん</u> <u>酢</u> <u>上白糖</u> <u>塩</u> <u>オリーブ油</u> → <u>ごぼう</u> <u>キャベツ</u> <u>ホールコーン</u> <u>さやいんげん</u> → <u>香りごまドレッシング</u> → <u>サラダ油</u> <u>豚肉</u> <u>にんじん</u> <u>玉ねぎ</u> <u>大根</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>	4 回目 ( <u>廃油</u> ) 揚げ油の回転
16火	ソフトめん ミートソース  オムレツ イタリアンサラダ	→ <u>ソフト麺</u> (幼稚園・保育園: <u>スパゲッティ</u> ) → <u>サラダ油</u> <u>豚肉</u> <u>にんにく</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>赤ワイン</u> → <u>セロリー</u> <u>玉ねぎ</u> <u>にんじん</u> <u>バター</u> <u>小麦粉</u> → <u>ケチャップ</u> <u>トマトピューレ</u> <u>上白糖</u> <u>ウスターソース</u> → <u>スープストック</u> <u>トマト水煮</u> <u>脱脂粉乳</u> → <u>オムレツ</u> → <u>にんじん</u> <u>キャベツ</u> <u>さやいんげん</u> <u>ホールコーン</u> → <u>イタリアンドレッシング</u>	

17水	麦ごはん 鶏肉の香味焼き  つき大根の炒め煮  きのこ汁	→ <u>精白米</u> <u>大麦</u> → <u>鶏肉</u> <u>ねぎ</u> <u>しょうが</u> <u>にんにく</u> <u>塩</u> <u>濃口醤油</u> → <u>酒</u> <u>白ごま</u> <u>ごま油</u> → <u>サラダ油</u> <u>大根</u> <u>にんじん</u> <u>油揚げ</u> <u>濃口醤油</u> → <u>中双糖</u> <u>和風だしのもと</u> <u>酒</u> → <u>なめこ水煮</u> <u>しめじ</u> <u>えのきたけ</u> <u>豆腐</u> <u>小松菜</u> → <u>だしパック</u> ( <u>鰹なし</u> ) <u>豆味噌</u> <u>煮干粉</u>	
18木	麦ごはん たらの磯辺揚げ おかかあえ  芋煮汁	→ <u>精白米</u> <u>大麦</u> → <u>たら</u> <u>酒</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>小麦粉</u> <u>青のり</u> <u>大豆油</u> → <u>にんじん</u> <u>もやし</u> <u>キャベツ</u> <u>ほうれん草</u> <u>濃口醤油</u> → <u>みりん</u> <u>かつお節</u> → <u>鶏肉</u> <u>酒</u> <u>里芋</u> <u>こんにやく</u> <u>ミニ厚揚げ</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>しょうが</u> → <u>だしパック</u> ( <u>鰹なし</u> )	1 回目 揚げ油の回転
19金	麦ごはん 豚肉の郡上みそ焼き ふきよせ煮  豆腐のすまし汁  柿	→ <u>精白米</u> <u>大麦</u> → <u>豚肉</u> <u>ケチャップ</u> <u>郡上味噌</u> <u>みりん</u> <u>酒</u> <u>上白糖</u> → <u>サラダ油</u> <u>鶏肉</u> <u>ごぼう</u> <u>にんじん</u> <u>れんこん</u> <u>栗</u> → <u>干し椎茸</u> <u>さやいんげん</u> <u>濃口醤油</u> <u>酒</u> <u>みりん</u> → <u>中双糖</u> <u>和風だしのもと</u> → <u>大根</u> <u>えのきたけ</u> <u>豆腐</u> <u>わかめ</u> <u>ねぎ</u> <u>淡口醤油</u> → <u>濃口醤油</u> <u>塩</u> <u>だしパック</u> ( <u>鰹なし</u> ) → <u>柿</u>	
22月	黒食パン 豆のコロッケ 大根サラダ  さつまいものシチュー	→ <u>黒食パン</u> → <u>豆コロッケ</u> <u>大豆油</u> → <u>大根</u> <u>にんじん</u> <u>いんげん</u> <u>米ひじき</u> → <u>青じそドレッシング</u> → <u>サラダ油</u> <u>鶏肉</u> <u>さつまいも</u> <u>玉ねぎ</u> <u>むき枝豆</u> → <u>バター</u> <u>小麦粉</u> <u>牛乳</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> → <u>スープストック</u>	2 回目 揚げ油の回転
24水	麦ごはん 豚丼  白菜と肉団子のなべ	→ <u>精白米</u> <u>大麦</u> → <u>サラダ油</u> <u>しょうが</u> <u>豚肉</u> <u>酒</u> <u>ごぼう</u> <u>にんじん</u> → <u>玉ねぎ</u> <u>しめじ</u> <u>小松菜</u> <u>中双糖</u> <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> → <u>澱粉</u> → <u>春雨</u> <u>白菜</u> <u>干し椎茸</u> <u>肉団子</u> <u>ねぎ</u> <u>淡口醤油</u> → <u>中華スープ</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u>	
25木	麦ごはん さばの塩焼き 里芋と厚揚げの煮つけ  大根のみそ汁	→ <u>精白米</u> <u>大麦</u> → <u>さば</u> <u>塩</u> <u>酒</u> → <u>里芋</u> <u>ミニ厚揚げ</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>大根</u> <u>にんじん</u> <u>えのきたけ</u> <u>油揚げ</u> <u>わかめ</u> → <u>ねぎ</u> <u>赤味噌</u> <u>だしパック</u> ( <u>鰹なし</u> )	
26金	麦ごはん いかの天ぷら 磯香あえ  みぞれ汁	→ <u>精白米</u> <u>大麦</u> → <u>いかの天ぷら</u> <u>大豆油</u> → <u>にんじん</u> <u>キャベツ</u> <u>ほうれん草</u> <u>濃口醤油</u> → <u>みりん</u> <u>のり</u> → <u>鶏肉</u> <u>酒</u> <u>大根</u> <u>里芋</u> <u>にんじん</u> <u>かまぼこ</u> <u>ねぎ</u> → <u>濃口醤油</u> <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> <u>しょうが</u> <u>一味唐辛子</u> → <u>だしパック</u> ( <u>鰹なし</u> )	3 回目 揚げ油の回転
29月	食パン ハンバーグ カラフルソテー  かぶのクリームスープ	→ <u>食パン</u> → <u>ハンバーグ</u> → <u>サラダ油</u> <u>フランクフルト</u> <u>じゃがいも</u> <u>にんじん</u> → <u>ホールコーン</u> <u>さやいんげん</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> → <u>スープストック</u> <u>カレー粉</u> → <u>サラダ油</u> <u>鶏肉</u> <u>玉ねぎ</u> <u>かぶ</u> <u>にんじん</u> <u>バター</u> → <u>小麦粉</u> <u>牛乳</u> <u>脱脂粉乳</u> <u>スープストック</u> → <u>塩</u> <u>白こしょう</u>	
30火	中華麺 味噌ラーメン  揚げギョーザ 中華サラダ	→ <u>中華麺</u> → <u>サラダ油</u> <u>豚肉</u> <u>にんにく</u> <u>しょうが</u> <u>にんじん</u> → <u>キャベツ</u> <u>なると</u> <u>ホールコーン</u> <u>ねぎ</u> <u>白こしょう</u> → <u>味噌ラーメンスープのもと</u> → <u>ギョーザ</u> <u>大豆油</u> → <u>大根</u> <u>にんじん</u> <u>春雨</u> <u>さやいんげん</u> <u>淡口醤油</u> → <u>上白糖</u> <u>酢</u>	4 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。  
 \* 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 電話 324-3002)