

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

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	→精白米 大麦 →鶏肉 ねぎ しょうが にんにく 塩 濃口醤油 酒 白ごま ごま油 →サラダ油 大根 にんじん 油揚げ 濃口醤油 中双糖 和風だしのもと 酒 →なめこ水煮 しめじ えのきたけ 豆腐 小松菜 だしパック(鰹なし) 豆味噌 煮干粉	
18木	麦ごはん たらの磯辺揚げ おかかあえ 芋煮汁	→精白米 大麦 →たら 酒 塩 白こしょう 小麦粉 青のり 大豆油 →にんじん もやし キャベツ ほうれん草 濃口醤油 みりん かつお節 →鶏肉 酒 里芋 こんにやく ミニ厚揚げ 干し椎茸 ねぎ 濃口醤油 淡口醤油 塩 しょうが だしパック(鰹なし)	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	→精白米 大麦 →豚肉 ケチャップ 郡上味噌 みりん 酒 上白糖 →サラダ油 鶏肉 ごぼう にんじん れんこん 栗 干し椎茸 さやいんげん 濃口醤油 酒 みりん 中双糖 和風だしのもと →大根 えのきたけ 豆腐 わかめ ねぎ 淡口醤油 濃口醤油 塩 だしパック(鰹なし) →柿	
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	→黒食パン →豆コロッケ 大豆油 →大根 にんじん いんげん 米ひじき 青じそドレッシング →サラダ油 鶏肉 さつまいも 玉ねぎ むぎ枝豆 バター 小麦粉 牛乳 塩 白こしょう スープストック	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	→精白米 大麦 →サラダ油 しょうが 豚肉 酒 ごぼう にんじん 玉ねぎ しめじ 小松菜 中双糖 濃口醤油 みりん 澱粉 →春雨 白菜 干し椎茸 肉団子 ねぎ 淡口醤油 中華スープ 塩 白こしょう	
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	→精白米 大麦 →さば 塩 酒 →里芋 ミニ厚揚げ 中双糖 濃口醤油 みりん 和風だしのもと →大根 にんじん えのきたけ 油揚げ わかめ ねぎ 赤味噌 だしパック(鰹なし)	
26金	麦ごはん いかの天ぷら 磯香あえ みぞれ汁	→精白米 大麦 →いかの天ぷら 大豆油 →にんじん キャベツ ほうれん草 濃口醤油 みりん のり →鶏肉 酒 大根 里芋 にんじん かまぼこ ねぎ 濃口醤油 淡口醤油 塩 しょうが 一味唐辛子 だしパック(鰹なし)	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	→食パン →ハンバーグ →サラダ油 フランクフルト じゃがいも にんじん ホールコーン さやいんげん 塩 白こしょう スープストック カレー粉 →サラダ油 鶏肉 玉ねぎ かぶ にんじん パター 小麦粉 牛乳 脱脂粉乳 スープストック 塩 白こしょう	
30火	中華麺 味噌ラーメン 揚げギョーザ 中華サラダ	→中華麺 →サラダ油 豚肉 にんにく しょうが にんじん キャベツ なると ホールコーン ねぎ 白こしょう 味噌ラーメンスープのもと →ギョーザ 大豆油 →大根 にんじん 春雨 さやいんげん 淡口醤油 上白糖 酢	4 回目 (廃油)

* 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)