

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4年度 11月 材料表

| | | | | |
|---|--|---|---------|--------|
| 1 | うどん しっぽうどん 千草焼き 荳わかめの炒め煮 かみかみ小魚(小中のみ) | →食用うどん(幼稚園・保育園:うどん) →鶏肉 干し椎茸 <u>油揚げ</u> 里芋 大根 白菜 <u>ねぎ</u> <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>塩</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> →千草焼き →ごぼう 人参 <u>こんにやく</u> <u>さつま揚げ</u> 荳わかめ 枝豆 上白糖 <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>サラダ油</u> →芋けんぴパリッシュ | | 揚げ油の回転 |
| 2 | 白飯 鶏肉のから揚げ ごま和え 味噌けんちん汁 みかん | →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> →小松菜 白菜 人参 <u>和風だしのもと</u> 上白糖 <u>濃口醤油</u> 白ごま →大根 じゃがいも <u>油揚げ</u> <u>豆腐</u> わかめ <u>ねぎ</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>赤味噌</u> →みかん | 二回目 | 揚げ油の回転 |
| 4 | 麦ごはん(小学・中学) 白飯(幼稚園・保育園) チヂミ ピビンバ もずくスープ 豆乳プリン | →精白米 大麦 →精白米 →チヂミ → <u>ごま油</u> 生姜 <u>にんにく</u> 豚肉 <u>酒</u> <u>ぜんまい水煮</u> 人参 もやし <u>チンゲンサイ</u> 上白糖 <u>中華スープ</u> <u>濃口醤油</u> <u>豆板醤</u> 白ごま →もずく 白菜 人参 <u>豆腐</u> えのきたけ <u>ねぎ</u> <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> <u>中華スープ</u> → <u>豆乳プリン</u> | | |
| 7 | レーズン食パン たこの唐揚げ 海藻サラダ ポトフ | →レーズン食パン →たこの唐揚げ <u>大豆油</u> →キャベツ <u>ホールコーン</u> 枝豆 <u>海藻ミックス</u> <u>柑橘ドレッシング</u> → <u>フランクフルト</u> 人参 玉ねぎ 大根 じゃがいも <u>いんげん</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>コンソメ</u> | 三回目(廃油) | 揚げ油の回転 |
| 8 | 中華麺 高山ラーメンスープ 大豆と小魚のあんからめ 小松菜のソテー 果汁グミ | →中華麺 →豚肉 <u>酒</u> <u>サラダ油</u> 人参 もやし 白菜 <u>ねぎ</u> <u>なると</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> →さつまいも 大豆 <u>澱粉</u> <u>大豆油</u> <u>乾燥小魚</u> 上白糖 <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> 白ごま →玉ねぎ 小松菜 しめじ <u>ホールコーン</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>スープストック</u> <u>サラダ油</u> →果汁グミ | 一回目 | 揚げ油の回転 |
| 9 | 白飯 厚揚げの肉味噌かけ おひたし 五目汁 | →精白米 → <u>生揚げ</u> 豚肉 <u>豆みそ</u> 上白糖 生姜 <u>みりん</u> <u>酒</u> <u>澱粉</u> <u>サラダ油</u> →人参 キャベツ 小松菜 <u>和風だしのもと</u> <u>淡口醤油</u> <u>みりん</u> →鶏肉 人参 大根 <u>高野豆腐</u> 里芋 <u>ねぎ</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> <u>みりん</u> | | |
| 10 | 麦ごはん(小学・中学) 白飯(幼稚園・保育園) さけの塩こうじ焼き 切干大根とツナの炒め煮 豚汁 オレンジ | →精白米 大麦 →精白米 →さけ <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>酒</u> <u>塩こうじ</u> →切干大根 <u>オイルツナ</u> 人参 <u>濃口醤油</u> 上白糖 <u>酒</u> <u>みりん</u> 干し椎茸 <u>和風だしのもと</u> <u>サラダ油</u> →豚肉 枝豆 人参 <u>ねぎ</u> <u>豆腐</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>豆味噌</u> <u>煮干し粉</u> →オレンジ | | |
| 11 | 麦ごはん(小学・中学) 白飯(幼稚園・保育園) さつまいもチップス グリーンサラダ 飛騨牛カレー | →精白米 大麦 →精白米 →さつまいも <u>大豆油</u> <u>塩</u> →キャベツ <u>ブロッコリー</u> <u>いんげん</u> <u>コーンクリームドレッシング</u> →飛騨牛 <u>塩</u> <u>白こしょう</u> 生姜 <u>にんにく</u> <u>赤ワイン</u> <u>サラダ油</u> 玉ねぎ 人参 じゃがいも <u>トマトケチャップ</u> <u>りんごピューレ</u> <u>ウスターソース</u> <u>カレールー(バーモント)</u> <u>カレールー(ディナー)</u> <u>脱脂粉乳</u> | 二回目 | 揚げ油の回転 |
| 14 | 米粉コッペパン アスパラメンチカツ ごぼうサラダ パンブキンスープ みかんゼリー | →米粉コッペパン →アスパラメンチカツ <u>大豆油</u> →ごぼう 大根 人参 枝豆 <u>香りごまドレッシング</u> →かぼちゃペースト <u>クリームコーン</u> 玉ねぎ <u>バター</u> 牛乳 <u>スープストック</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> →みかんゼリー | 三回目 | 揚げ油の回転 |
| 15 | ソフト麺 ミートソース 鶏肉のハーブ焼き イタリアンサラダ | →ソフト麺(幼稚園・保育園:スパゲッティ) →豚肉 <u>にんにく</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>サラダ油</u> <u>赤ワイン</u> セロリー 玉ねぎ 人参 <u>バター</u> 小麦粉 <u>トマトケチャップ</u> <u>トマトピューレ</u> 上白糖 <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> →鶏肉 <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>にんにく</u> <u>オレガノ</u> <u>レモン果汁</u> <u>オリーブ油</u> →人参 <u>いんげん</u> <u>キャベツ</u> <u>ホールコーン</u> <u>イタリアンドレッシング</u> | | |
| 16 | 白飯 いわしのかば焼き 大豆の磯煮 小松菜の味噌汁 りんご | →精白米 →いわし 生姜 <u>酒</u> <u>澱粉</u> <u>大豆油</u> <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> 中双糖 白ごま →大豆 昆布 枝豆 人参 <u>竹輪</u> 中双糖 <u>みりん</u> <u>濃口醤油</u> <u>和風だしのもと</u> →小松菜 <u>油揚げ</u> <u>豆腐</u> かぶ <u>赤味噌</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> →りんご | 四回目(廃油) | 揚げ油の回転 |
| 17 | 麦ごはん(小学・中学) 白飯(幼稚園・保育園) たらの磯辺揚げ おかか和え 芋煮汁 ラフランスゼリー | →精白米 大麦 →精白米 →たら <u>酒</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> 小麦粉 <u>青のり粉</u> <u>大豆油</u> →白菜 ほうれんそう もやし 人参 <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> かつお節 →里芋 <u>こんにやく</u> <u>絹厚揚げ</u> 鶏肉 <u>酒</u> <u>ねぎ</u> 干し椎茸 <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>濃口醤油</u> <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> 生姜 →ラフランスゼリー | 一回目 | 揚げ油の回転 |
| 18 | 麦ごはん(小学・中学) 白飯(幼稚園・保育園) 豚肉のねぎ味噌焼き 吹き寄せ煮 こも豆腐のすまし汁 柿 | →精白米 大麦 →精白米 →豚肉 <u>郡上味噌</u> <u>ねぎ</u> <u>ごま油</u> 生姜 白ごま <u>みりん</u> <u>酒</u> →鶏肉 枝豆 人参 <u>れんこん</u> <u>栗水煮</u> 干し椎茸 <u>いんげん</u> <u>濃口醤油</u> <u>酒</u> <u>みりん</u> 中双糖 <u>和風だしのもと</u> <u>サラダ油</u> →こも豆腐 しめじ 白菜 人参 わかめ 小松菜 <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> →柿 | 二回目 | 揚げ油の回転 |
| 21 | 黒コッペパン ビーンズコロッケ 大根サラダ さつまいもシチュー | →黒コッペパン →大豆コロッケ <u>大豆油</u> →大根 人参 <u>キャベツ</u> <u>青じそドレッシング</u> →鶏肉 <u>サラダ油</u> さつまいも 玉ねぎ 枝豆 <u>バター</u> 小麦粉 牛乳 <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>スープストック</u> | 二回目 | 揚げ油の回転 |
| 22 | うどん 五目あんかけ 大豆の包み揚げ 金平ごぼう ぶどうゼリー | →うどん(幼稚園・保育園:うどん) →豚肉 <u>サラダ油</u> 生姜 玉ねぎ たけのこ 干し椎茸 人参 大根 <u>中華スープ</u> <u>塩</u> <u>濃口醤油</u> <u>酒</u> <u>澱粉</u> →大豆の包み揚げ <u>大豆油</u> →ごぼう 人参 <u>こんにやく</u> <u>さつま揚げ</u> <u>いんげん</u> 上白糖 <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> →ぶどうゼリー | 三回目 | 揚げ油の回転 |
| 24 | 麦ごはん(小学・中学) 白飯(幼稚園・保育園) さばの塩焼き 里芋のそぼろ煮 味噌汁 りんご | →精白米 大麦 →精白米 →さば <u>塩</u> <u>酒</u> →里芋 人参 枝豆 鶏肉 生姜 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> →大根 <u>豆腐</u> <u>油揚げ</u> なめこ わかめ えのきたけ <u>ねぎ</u> <u>赤味噌</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> →りんご | | |
| 25 | 麦ごはん(小学・中学) 白飯(幼稚園・保育園) いかに天ぷら 磯香和え みぞれ汁 | →精白米 大麦 →精白米 →いかに天ぷら <u>大豆油</u> →小松菜 大根 人参 <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>のり</u> →かぶ 人参 <u>絹厚揚げ</u> なめこ しめじ わかめ <u>ねぎ</u> <u>濃口醤油</u> <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> 生姜 <u>一味唐辛子</u> <u>酒</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> | 四回目(廃油) | 揚げ油の回転 |
| 28 | 食パン 鶏肉のスパイス焼き カラフルソテー かぶのクリームスープ マーメレードジャム | →食パン →鶏肉 <u>酒</u> <u>にんにく</u> <u>濃口醤油</u> <u>カレー粉</u> <u>塩</u> →ホールコーン <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> → <u>フランクフルト</u> 玉ねぎ かぶ <u>ブロッコリー</u> 人参 <u>バター</u> 小麦粉 牛乳 <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> →マーメレードジャム | | |
| 29 | 中華麺 醤油ラーメンスープ シューマイ 中華サラダ ヨーグルト(幼稚園・保育園) ヨーグルト(小学・中学) | →中華麺 →豚肉 <u>酒</u> 人参 白菜 <u>しなちく</u> <u>なると</u> もやし <u>ねぎ</u> <u>醤油ラーメンスープ</u> <u>白こしょう</u> →シューマイ →大根 人参 <u>いんげん</u> <u>春雨</u> <u>淡口醤油</u> 上白糖 <u>酢</u> →ヨーグルト →食べるヤクルト | | |
| 30 | 白飯 ししゃもフライ 豚丼の具 白菜と鶏だんご汁 | →精白米 →ししゃもフライ <u>大豆油</u> →豚肉 生姜 <u>酒</u> <u>サラダ油</u> 枝豆 人参 玉ねぎ しめじ にら 中双糖 <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>澱粉</u> →えのきたけ しらたき かぶ 白菜 <u>ねぎ</u> <u>鶏団子</u> <u>酒</u> <u>赤味噌</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> | 一回目 | 揚げ油の回転 |
| <p>毎日の食材を表示しました。(各家庭でご確認ください。)</p> <ul style="list-style-type: none"> * 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。 <p>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。</p> <ul style="list-style-type: none"> * 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。) <p>☆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 ☎324-3002)</p> | | | | |