

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 12月 材料表

1	木	麦ごはん(小学・中学) 白飯(幼稚園・保育園) さけの香味焼き 炒り鶏 すまし汁 みかん	→精白米 大麦 →精白米 →さけ <u>酒</u> <u>しょうが</u> <u>みりん</u> <u>濃口醤油</u> <u>ねぎ</u> →鶏肉 <u>こんにやく</u> <u>れんこん</u> <u>人参</u> <u>干し椎茸</u> <u>ごぼう</u> <u>淡口醤油</u> <u>中双糖</u> <u>和風だしのもと</u> <u>酒</u> <u>みりん</u> <u>サラダ油</u> → <u>かまぼこ</u> <u>人参</u> <u>えのきたけ</u> <u>小松菜</u> <u>大根</u> <u>豆腐</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>淡口醤油</u> <u>塩</u> <u>酒</u> →みかん	
2	金	麦ごはん(小学・中学) 白飯(幼稚園・保育園) いかの生姜醤油焼き 三色和え 関東煮	→精白米 大麦 →精白米 →いか <u>濃口醤油</u> <u>酒</u> <u>みりん</u> <u>しょうが</u> →人参 <u>ほうれん草</u> <u>白菜</u> <u>淡口醤油</u> <u>上白糖</u> <u>和風だしのもと</u> →大根 <u>里芋</u> <u>こんにやく</u> <u>玉はんぺん</u> <u>うずら卵水煮</u> <u>がんもどき</u> <u>昆布</u> <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>中双糖</u> <u>酒</u> <u>だしパック(鰹なし)</u>	
5	月	レーズンパン 円空里芋コロッケ イタリアンサラダ クリームシチュー	→レーズンパン → <u>円空里芋コロッケ</u> <u>大豆油</u> →赤ピーマン <u>黄ピーマン</u> <u>枝豆</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> →鶏肉 <u>じゃがいも</u> <u>人参</u> <u>玉ねぎ</u> <u>パセリ</u> <u>小麦粉</u> <u>バター</u> <u>牛乳</u> <u>脱脂粉乳</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>	二回目 揚げ油の回転
6	火	ソフト麺 中華あんかけ 春巻 ナムル 杏仁豆腐	→ソフト麺(幼稚園・保育園:うどん) →豚肉 <u>酒</u> <u>濃口醤油</u> <u>しょうが</u> <u>サラダ油</u> <u>人参</u> <u>きくらげ</u> <u>干し椎茸</u> <u>玉ねぎ</u> <u>中華だし</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>濃口醤油</u> <u>澱粉</u> <u>ごま油</u> →春巻 <u>大豆油</u> →キャベツ <u>ほうれん草</u> <u>人参</u> <u>白ごま</u> <u>濃口醤油</u> <u>酢</u> <u>塩</u> <u>上白糖</u> <u>ごま油</u> →杏仁豆腐	三回目 揚げ油の回転
7	水	白飯 さばのカレー焼き 切干大根の煮物 のっぺい汁	→精白米 →さば <u>酒</u> <u>しょうが</u> <u>にんにく</u> <u>カレー粉</u> <u>濃口醤油</u> <u>ねぎ</u> →切干大根 <u>オイルツナ</u> <u>人参</u> <u>濃口醤油</u> <u>上白糖</u> <u>酒</u> <u>みりん</u> <u>サラダ油</u> <u>干し椎茸</u> <u>和風だしのもと</u> →鶏肉 <u>酒</u> <u>大根</u> <u>里芋</u> <u>こんにやく</u> <u>油揚げ</u> <u>えのきたけ</u> <u>ねぎ</u> <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> <u>澱粉</u>	
8	木	麦ごはん(小学・中学) 白飯(幼稚園・保育園) 小籠包 プルコギ わかめスープ オロブランコ	→精白米 大麦 →精白米 →包子 →牛肉 <u>酒</u> <u>塩</u> <u>にんにく</u> <u>しょうが</u> <u>コチジャン</u> <u>ごま油</u> <u>玉ねぎ</u> <u>人参</u> <u>しらめじ</u> <u>春雨</u> <u>上白糖</u> <u>濃口醤油</u> <u>中華だし</u> <u>白ごま</u> <u>みりん</u> →わかめ <u>キャベツ</u> <u>人参</u> <u>大根</u> <u>ねぎ</u> <u>中華だし</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>淡口醤油</u> →オロブランコ	
9	金	麦ごはん(小学・中学) 白飯(幼稚園・保育園) さんが焼き ひじきの煮付け さつまいもの味噌汁	→精白米 大麦 →精白米 →さんが焼き → <u>サラダ油</u> <u>米ひじき</u> <u>人参</u> <u>ごぼう</u> <u>酒</u> <u>油揚げ</u> <u>枝豆</u> <u>みりん</u> <u>三温糖</u> <u>濃口醤油</u> <u>和風だしのもと</u> <u>白ごま</u> →さつまいも <u>玉ねぎ</u> <u>絹厚揚げ</u> <u>ねぎ</u> <u>赤味噌</u> <u>豆味噌</u> <u>だしパック(鰹なし)</u>	
12	月	黒コッペパン 白身魚フライ ポテトサラダ キャベツのスープ <小学・中学セレクト> コーヒー牛乳の素 ココア牛乳の素 (幼稚園・保育園)	→黒コッペパン → <u>白身魚フライ</u> <u>大豆油</u> →じゃがいも <u>いんげん</u> <u>人参</u> <u>卵不使用マヨネーズ</u> →キャベツ <u>人参</u> <u>ベーコン</u> <u>玉ねぎ</u> <u>枝豆</u> <u>スープストック</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> → <u>コーヒー牛乳の素</u> → <u>ココア牛乳の素</u>	四回目(廃油) 揚げ油の回転
13	火	うどん 味噌うどん汁 かき揚げ こんにやくの炒り煮 オレンジ	→ <u>食用うどん</u> (幼稚園・保育園:うどん) →鶏肉 <u>酒</u> <u>ごぼう</u> <u>大根</u> <u>白菜</u> <u>ねぎ</u> <u>干し椎茸</u> <u>人参</u> <u>油揚げ</u> <u>かまぼこ</u> <u>豆味噌</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> →かき揚げ <u>大豆油</u> →こんにやく <u>人参</u> <u>鶏肉</u> <u>酒</u> <u>いんげん</u> <u>サラダ油</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>かつお節</u> →オレンジ	一回目 揚げ油の回転
14	水	白飯 ますの松風焼き 五目豆 白菜鍋	→精白米 →ます <u>濃口醤油</u> <u>酒</u> <u>赤味噌</u> <u>上白糖</u> <u>みりん</u> <u>ゆず果汁</u> <u>白ごま</u> →大豆 <u>こんにやく</u> <u>人参</u> <u>竹輪</u> <u>いんげん</u> <u>酒</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> →白菜 <u>もやし</u> <u>えのきたけ</u> <u>マロニー</u> <u>人参</u> <u>しらめじ</u> <u>ねぎ</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>豚肉</u> <u>淡口醤油</u> <u>濃口醤油</u> <u>酒</u> <u>みりん</u>	
15	木	麦ごはん(小学・中学) 白飯(幼稚園・保育園) 豚肉の照り焼き れんこんの金平 小松菜のすまし汁 南濃みかん	→精白米 大麦 →精白米 →豚肉 <u>濃口醤油</u> <u>みりん</u> <u>上白糖</u> → <u>サラダ油</u> <u>れんこん</u> <u>人参</u> <u>ごぼう</u> <u>酒</u> <u>みりん</u> <u>上白糖</u> <u>和風だしのもと</u> <u>濃口醤油</u> <u>いんげん</u> <u>白ごま</u> → <u>かまぼこ</u> <u>えのきたけ</u> <u>大根</u> <u>豆腐</u> <u>小松菜</u> <u>人参</u> <u>淡口醤油</u> <u>濃口醤油</u> <u>塩</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> →南濃みかん	
16	金	麦ごはん(小学・中学) 白飯(幼稚園・保育園) わかさぎの天ぷら ねりこみ けの汁 りんご	→精白米 大麦 →精白米 →わかさぎの天ぷら <u>大豆油</u> →鶏肉 <u>ごぼう</u> <u>人参</u> <u>絹厚揚げ</u> <u>干し椎茸</u> <u>里芋</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>サラダ油</u> <u>澱粉</u> →大根 <u>人参</u> <u>ぜんまい水煮</u> <u>高野豆腐</u> <u>油揚げ</u> <u>こんにやく</u> <u>豆味噌</u> <u>白味噌</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>昆布</u> →りんご	二回目 揚げ油の回転
19	月	食パン 煮込みハンバーグ 野菜サラダ 鶏肉のクリーム煮 りんごジャム	→食パン →煮込みハンバーグ →キャベツ <u>ホールコーン</u> <u>赤ピーマン</u> <u>イタリアンドレッシング</u> →鶏肉 <u>白ワイン</u> <u>じゃがいも</u> <u>人参</u> <u>玉ねぎ</u> <u>小麦粉</u> <u>バター</u> <u>牛乳</u> <u>脱脂粉乳</u> <u>洋風だし</u> <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>サラダ油</u> <u>マカロニ</u> →りんごジャム	
20	火	中華麺 豚骨ラーメン 鶏肉のから揚げ 華風和え ヨーグルト	→中華麺 →焼き豚 <u>玉ねぎ</u> <u>人参</u> <u>きくらげ</u> <u>キャベツ</u> <u>しなちく</u> <u>なると</u> <u>ねぎ</u> <u>豚骨ラーメンスープ</u> <u>サラダ油</u> <u>にんにく</u> <u>白こしょう</u> →鶏肉 <u>濃口醤油</u> <u>しょうが</u> <u>酒</u> <u>澱粉</u> <u>大豆油</u> →大根 <u>枝豆</u> <u>人参</u> <u>春雨</u> <u>淡口醤油</u> <u>上白糖</u> <u>酢</u> <u>ごま油</u> →ヨーグルト	三回目(廃油) 揚げ油の回転
21	水	白飯 いわしの生姜煮 大歳のごっつお みぞれ汁	→精白米 →いわしの生姜煮 →鶏肉 <u>酒</u> <u>大根</u> <u>里芋</u> <u>人参</u> <u>油揚げ</u> <u>こんにやく</u> <u>昆布</u> <u>三温糖</u> <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> →豆腐 <u>白菜</u> <u>かぶ</u> <u>人参</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>だしパック(鰹なし)</u> <u>しょうが</u>	
22	木	麦ごはん(小学・中学) 白飯(幼稚園・保育園) さわらの柚庵焼き 金平ごぼう かぼちゃの味噌汁 ゆずゼリー	→精白米 大麦 →精白米 →さわら <u>淡口醤油</u> <u>酒</u> <u>みりん</u> <u>ゆず果汁</u> → <u>サラダ油</u> <u>ごぼう</u> <u>人参</u> <u>こんにやく</u> <u>酒</u> <u>みりん</u> <u>上白糖</u> <u>和風だしのもと</u> <u>濃口醤油</u> <u>いんげん</u> →かぼちゃ <u>白菜</u> <u>玉ねぎ</u> <u>えのきたけ</u> <u>豆腐</u> <u>だしパック(鰹なし)</u> <u>赤味噌</u> <u>わかめ</u> →ゆずゼリー	
23	金	麦ごはん(小学・中学) 白飯(幼稚園・保育園) チキンカレー れんこんチップス カラフルソテー クリスマスデザート (幼稚園・保育園) クリスマスデザート (小学・中学)	→精白米 大麦 →精白米 →鶏肉 <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>カレー粉</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>人参</u> <u>じゃがいも</u> <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>カレールウ(バーモント、ディナー)</u> <u>脱脂粉乳</u> →れんこん <u>大豆油</u> <u>塩</u> <u>青のり粉</u> →ベーコン <u>ホールコーン</u> <u>キャベツ</u> <u>人参</u> <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> →クリスマスデザート	一回目 揚げ油の回転
26	月	コッペパン ローストチキン 豆のサラダ ポトフ いちごクレープ	→コッペパン →鶏肉 <u>塩</u> <u>白こしょう</u> <u>白ワイン</u> <u>にんにく</u> <u>濃口醤油</u> <u>上白糖</u> <u>しょうが</u> → <u>ビーンズミックス</u> <u>キャベツ</u> <u>ホールコーン</u> <u>枝豆</u> <u>香りごまドレッシング</u> →鶏肉 <u>大根</u> <u>人参</u> <u>玉ねぎ</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> →いちごクレープ	

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 TEL 324-3002)