令和3年度

別紙5-1

2022.2

2月　よていこんだてひょう

こんげつのもくひょう「せつぶん・だいずについてしろう」

白井市学校給食センター　TEL 047-492-1081

日 ようび	こんだてめい 牛乳	主食・おかず・デザート	主に体をつくる もとになる食品 （あか）	主に体の調子を 整えるもとになる食品 （みどり）	主にエネルギーの もとになる食品 （き）	熱量 kcal (小) (中)	たんぱく質 g (小) (中)	脂質 g (小) (中)	食塩相当量 g (小) (中)
1 火	○	ごはん　にくじゃが あまからあげごぼう はくさいのとさあえ	**牛乳**　ぶたにく かつおぶし	たまねぎ　こんにゃく　**にんじん** さやいんげん　ごぼう　**はくさい** きゅうり　しょうが	**こめ**　あぶら じゃがいも さとう　でんぷん　ごま	674 839	22.2 26.3	16.9 18.8	1.9 2.3
2 水	○	しょくパン　ラビオリトマトに タンドリーチキン じゃがいものマセドアンサラダ キャラメルクリーム	**牛乳**　とりにく　ヨーグルト ツナ　チーズ　ぶたにく	たまねぎ　**にんじん**　キャベツ トマト　ブロッコリー　にんにく しょうが　レモン　きゅうり	パン　こむぎこ　さとう あぶら　ぱんこ じゃがいも キャラメルクリーム	611 753	28.3 34.1	18.7 21.9	2.9 3.6
3 木	○	★せつぶんこんだて★ ごはん　おにかまぼこのけんちんじる いわしのしょうがに きりぼしだいこんのふくめに しらぬい　ふくまめ	**牛乳**　とりにく　とうふ かまぼこ　いわし ぶたにく　あぶらあげ だいず	**にんじん**　**はくさい**　ごぼう **こまつな**　しょうが きりぼしだいこん　えだまめ しらぬい	**こめ**　あぶら　さとう	637 795	33.1 39.4	15.7 17.3	1.9 2.3
4 金	○	むぎごはん　マーボーどうふ むらさきいももち ちんげんさいのしおナムル ごはんにかけてたべよう♪	**牛乳**　とうふ　ぶたにく みそ　たまご	しょうが　にんにく　たまねぎ **にんじん**　**ながねぎ**　**にら** たけのこ　しいたけ　**もやし** ちんげんさい	**こめ**　おおむぎ　あぶら さとう　でんぷん　ごま ごまあぶら　さつまいも むらさきいも　こむぎ	708 857	22.6 26.5	21.4 23.4	1.8 2.2
7 月	○	★すがたを変えるだいずこんだて★ ごはん　だいこんとあぶらあげのみそしる ほっけのいちやぼし　なまあげのピリからいため きなこプリン 新メニューです♪	**牛乳**　とりにく　ほっけ ぶたにく あぶらあげ　みそ こうやどうふ　なまあげ だいずミート 大豆からできている食品は線を引いています。チェックしてみよう！	**だいこん**　**こまつな** **ながねぎ**　しょうが　たまねぎ **にんじん**　キャベツ	**こめ**　あぶら　さとう でんぷん　ごまあぶら きなこプリン	655 803	31.1 37.0	21.0 22.9	1.4 1.7
8 火	○	しょくパン　はくさいのポトフ ハンバーグトマトソース ★一小二小七小とくせいハンバーグトマトソース ゆではなやさい　ヨーグルト　ブルーベリージャム	**牛乳**　とりにく　ウインナー ぶたにく　たまご ヨーグルト	たまねぎ　**にんじん**　**はくさい** **だいこん**　パセリ　にんにく マッシュルーム　トマト　ブロッコリー カリフラワー　コーン	パン　あぶら　パンこ ブルーベリージャム ドレッシング　さとう	632 784	28.3 34.5	21.9 26.4	2.3 2.9
9 水	○	わかめごはん 白井市産のだいこんとじねんじょのすましじる ぎんざけのしおやき　ほうれんそうのなっとうあえ りんご	**牛乳**　わかめ　ぶたにく とうふ　ぎんざけ なっとう　かつおぶし	**にんじん**　**だいこん** こんにゃく **こまつな**　**ほうれんそう** りんご	**こめ**　じねんじょ	622 772	30.4 36.1	17.7 19.7	2.9 3.4
10 木	○	むぎごはん　はっぽうさい にらまんじゅう もやしのこうみソース ごはんにかけてたべよう♪	**牛乳**　ぶたにく　なると うずらたまご　えび とりにく	**にんじん**　たけのこ　しいたけ **はくさい**　**ながねぎ**　しょうが さやいんげん　キャベツ　**にら** **こまつな**　**もやし**　にんにく	**こめ**　あぶら　でんぷん ごまあぶら　おおむぎ ごま	688 909	27.2 33.4	18.9 24.2	2.2 2.8
☆　給食費（2月分）の引き落とし日は2月10日です。通帳の残高と引き落とし金額をご確認ください。　☆									
14 月	○	★バレンタインこんだて★ コッペパン　クラムチャウダー ハートオムレツ　ツナポパイサラダ　チョコクレープ 新メニューです♪	**牛乳**　ベーコン　あさり チーズ　スキムミルク たまご　ツナ	たまねぎ　コーン　**にんじん** キャベツ　**ほうれんそう** レモン	パン　バター　じゃがいも しろいんげんまめ　あぶら なまクリーム　こめこ チョコクレープ	646 819	28.9 36.8	25.9 31.5	2.1 2.9
15 火	○	ごはん　わかめスープ にくだんごあまずあん(2こ) キムチいため　フルーツあんにんどうふ	**牛乳**　とりにく　とうふ たまご　わかめ　ぶたにく	たまねぎ　**にんじん**　にんにく しょうが　**もやし**　しめじ　**にら** もも　あんず	**こめ**　ごま　ごまあぶら パンこ　あぶら　はるさめ あんにんどうふ	648 798	27.4 32.5	18.1 20.2	2.2 2.6
16 水	○	バレンシアピラフ ミネストローネ　とりにくのレモンしょうゆやき にんじんサラダ	**牛乳**　ベーコン　とりにく ツナ	**にんじん**　たまねぎ　セロリ キャベツ　にんにく　トマト　きゅうり パセリ　しょうが　レモン　コーン ピーマン	**こめ**　マカロニ　あぶら じゃがいも　でんぷん しろいんげんまめ　ごま さとう	641 799	29.8 35.4	17.4 19.4	2.8 3.3
17 木	○	げんまいいりごはん　じゃがいものみそしる きんめだいのしろしょうゆやき ひじきのいりに　いちご　チーズ(中)	**牛乳**　きぬあげ　みそ　ひじき きんめだい　ぶたにく さつまあげ　チーズ(中)	**にんじん**　たまねぎ　**こまつな** こんにゃく　えだまめ　いちご	**こめ**　げんまい　さとう じゃがいも　あぶら	626 818	25.7 32.9	15.7 20.4	1.7 2.3
18 金	○	ごはん　ひらめんスープ ビビンバ（にくのいために・ナムル） ブルーベリーゼリー（中）	**牛乳**　とりにく　なると ぶたにく　みそ	**にんじん**　**ながねぎ** **はくさい**　しいたけ　にんにく しょうが　**ほうれんそう**　**もやし**	**こめ**　ひらめん　さとう ごまあぶら　ごま ブルーベリーゼリー	616 801	27.8 33.0	14.2 15.7	2.2 2.6
21 月	○	ごはん　はんぺんのすましじる さばのピリからやき ほうれんそうのわふうサラダ　なのはなふりかけ	**牛乳**　とりにく　とうふ はんぺん　さば　のり	**にんじん**　**だいこん**　ごぼう **こまつな**　**ながねぎ**　しょうが **ほうれんそう**　えのき	**こめ**　さとう　ごま でんぷん　あぶら	659 825	28.4 34.0	19.9 22.6	2.2 2.5
22 火	○	むぎごはん　きのこカレー ささみカツ かみかみかいそうサラダ アセロラゼリー ごはんにかけてたべよう♪	**牛乳**　ぶたにく　とりにく かいそう　ちりめん	しょうが　にんにく　たまねぎ **にんじん**　えのき　しめじ グリンピース　キャベツ えだまめ　きりぼしだいこん	**こめ**　おおむぎ　あぶら じゃがいも　こめこ パンこ　こむぎこ ゼリー　ルウ	676 880	28.2 35.2	15.9 17.9	2.1 2.5
24 木	○	★ふじさんの日こんだて★ ごはん　ちんげんさいのちゅうかはるさめスープ ぎょうざ　ぶたにくとアーモンドのいためもの ふじさんゼリー 新メニューです♪	**牛乳**　とりにく　ぶたにく	**にんじん**　ちんげんさい **はくさい**　**ながねぎ**　きくらげ たけのこ　ピーマン しょうが	**こめ**　はるさめ　あぶら ごまあぶら　アーモンド でんぷん　こむぎこ ふじさんゼリー	639 785	23.5 27.9	16.4 18.5	1.8 2.1
25 金	○	ごはん　とうふとわかめのみそしる しろみさかなのフライ いんげんとひきにくのいために こんぶとまっちゃのふりかけ　みかん 旬のみかんです！	**牛乳**　とうふ　わかめ　ほき ぶたにく　こんぶ　みそ	たまねぎ　**もやし**　えのき さやいんげん　**にんじん** たまねぎ　しょうが　まっちゃ みかん	**こめ**　こむぎこ　パンこ はるさめ　あぶら	636 816	25.0 31.0	17.1 20.5	2.1 2.5
28 月	○	ペンネボロネーゼ　マーマレードチキン ブロッコリーとコーンのサラダ ストロベリーカスタードタルト 新メニューです♪	**牛乳**　ぶたにく　チーズ だいずミート スキムミルク とりにく	にんにく　たまねぎ　**にんじん** セロリ　トマト　パセリ　しょうが にんにく　ブロッコリー　コーン	マカロニ　ルウ ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ　ｵﾘｰﾌﾞｵｲﾙ マーマレードジャム タルト	670 757	32.3 37.2	26.4 28.8	2.3 2.7

小学校平均値	650	28.3	19.4	2.2
小学校基準値	650	21.1～32.5	21.7～14.4	2.0未満
中学校平均値	812	33.5	21.7	2.6
中学校基準値	830	27.0～41.5	18.4～27.6	2.5未満

＜保護者の方へ＞
・使用する食材について相談がある場合は、学校または給食センターまでご連絡ください。
・予定献立表とアレルゲン配合表（参考）、食材産地は市のHPでご覧いただけます。
・揚げ油は複数回使用するので、以前使用した食材のアレルゲンを含む場合があります。
・学校生活や学校給食に関する取り組み方針を定めた
「白井市公立小中学校における食物アレルギー対応の基本方針」を策定しています。
詳しくは市のHPをご覧ください。

◎記載されている小学校の栄養価は中学年対象です。
◎**太字**の食材は、千葉県産もしくは白井市産を予定しています。
◎都合により献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

別紙5-2

2022年　2月

2月　卵・乳除去食　予定献立

白井市学校給食センター

こんげつのもくひょう「せつぶん・だいずについてしろう」

TEL：047-492-1081

日	主食・おかず・デザート・その他	使われている材料	加工品（※）のアレルゲン特定原材料28品目
1（火）	ごはん	米	
	にくじゃが	豚肉、サラダ油、じゃが芋、玉ねぎ、こんにゃく、人参、さやいんげん、酒、みりん、砂糖、醤油、※和風だしの素、かつおだし	※-
	あまからあげごぼう	ごぼう、澱粉、サラダ油、醤油、みりん、砂糖、※七味唐辛子、白ごま	※ごま
	はくさいのとさあえ	白菜、きゅうり、人参、かつお節、みりん、醤油、生姜	
2（水）	ソフトフランスパン	※ソフトフランスパン	※小麦
	ラビオリトマトに	※①ラビオリ、玉ねぎ、人参、キャベツ、トマト、※②ケチャップ、※③トマトミックスソース ※④中濃ソース、ブロッコリー、にんにく、コショウ、塩、コンソメ、砂糖、サラダ油	※①小麦、豚肉、※②-、※③大豆、鶏肉 ※④-
	とりのカレーやき	鶏肉、にんにく、生姜、醤油、酒、砂糖、みりん、カレー粉	
	じゃがいもとツナのサラダ	人参、じゃが芋、きゅうり、※ツナ、サラダ油、酢、塩、砂糖、コショウ、洋辛子	※大豆
	いちごジャム	※いちごジャム	※-
3（木）	★せつぶんこんだで★		
	ごはん	米	
	おにかまぼこのけんちんじる	鶏肉、酒、人参、白菜、ごぼう、※①豆腐、小松菜、※②かまぼこ、みりん、かつおだし、※③昆布だし、醤油、塩	※①大豆、※②小麦、大豆、※③-
	いわししょうがに	※いわし生姜煮	※小麦、大豆
	きりぼしだいこんのふくめに	豚肉、人参、※油揚げ、切干大根、枝豆、サラダ油、砂糖、酒、みりん、醤油、かつおだし	※大豆
	しらぬい	しらぬい	
	ふくまめ	※福豆	※大豆
4（金）	むぎごはん	米、大麦	
	マーボードウフ　ごはんにかけてたべよう♪	※①豆腐、豚肉、サラダ油、生姜、にんにく、玉ねぎ、人参、長ねぎ、にら、たけのこ、椎茸 ※②中華スープの素、赤味噌、※③豆板醤、砂糖、醤油、※④オイスターソース、澱粉、ごま油	※①大豆、※②大豆、鶏肉、豚肉、ごま ※③大豆、※④-
	おからコロッケ	※①おからコロッケ、サラダ油、※②中濃ソース	※①大豆、小麦、さば、※②りんご、大豆
	チンゲンサイのしおナムル	もやし、人参、チンゲン菜、ごま油、酢、※薄口醤油、塩、ブラックペッパー、砂糖、白ごま	※小麦、大豆
7（月）	★すがたをかえるだいずこんだで★		
	ごはん	米　大豆からできている食品は、**鱗をひいて**います。チェックしてみよう！	
	だいこんとあぶらあげのみそしる	鶏肉、大根、※①**油揚げ**、※②**高野豆腐**、小松菜、長ねぎ、**赤味噌**、**白味噌**、かつおだし、※③昆布だし	※①大豆、※②大豆、※③-
	ほっけのいちやぼし	※ほっけ一夜干し	※-
	なまあげのピリからいため　新メニューです♪	サラダ油、生姜、※①**豆板醤**、豚肉、大豆、玉ねぎ、人参、キャベツ、砂糖、醤油、**赤味噌** ※②**絹揚げ**、澱粉、ごま油	※①大豆、※②大豆
	とうにゅうプリン	※**豆乳**プリン	※大豆
8（火）	ソフトフランスパン	※ソフトフランスパン	※小麦
	はくさいのポトフ	サラダ油、鶏肉、白ワイン、※①ウインナー、玉ねぎ、人参、白菜、大根、パセリ、※②チキンブイヨン、コンソメ、醤油、塩、コショウ	※①豚肉、※②鶏肉
	ハンバーグトマトソース	※①ハンバーグ、サラダ油、にんにく、マッシュルーム、※②ケチャップ、赤ワイン、※③中濃ソース、トマト、砂糖	※①豚肉、鶏肉、大豆、※②-、※③-
	ゆでではなやさい	ブロッコリー、カリフラワー、とうもろこし、※イタリアンドレッシング	※小麦、大豆、ゼラチン
	とうにゅうとココアのデザート	※豆乳とココアのデザート	※大豆
	ブルーベリージャム	※ブルーベリージャム	※-
9（水）	わかめごはん	米、※わかめごはんの素	※-
	しろいのだいこんとじねんじょのすましじる	豚肉、人参、大根、こんにゃく、※①豆腐、じねんじょ、小松菜、酒、かつおだし、※②昆布だし、塩、醤油、みりん	※①大豆、※②-
	ぎんざけのしおやき	※銀鮭の塩焼き	※さけ
	ほうれんそうのなっとうあえ	ほうれん草、人参、※納豆、醤油、洋辛子、かつお節	※大豆
	りんご	りんご	
10（木）	むぎごはん	米、大麦	
	ちゅうかに　ごはんにかけてたべよう♪	豚肉、酒、人参、たけのこ、椎茸、白菜、玉ねぎ、※①なると、えび、さやいんげん、生姜 サラダ油、※②中華スープの素、醤油、塩、コショウ、澱粉、ごま油	※①-、※②鶏肉、豚肉、大豆、ごま
	しゅうまい	※しゅうまい	※豚肉、小麦
	もやしのこうみソース	小松菜、もやし、人参、生姜、にんにく、ごま油、醤油、酢、白ごま	
14（月）	★バレンタインこんだで★		
	フォカッチャ	※フォカッチャ	※小麦、大豆
	とうにゅうクラムチャウダー　新メニューです♪	サラダ油、※①ベーコン、玉ねぎ、とうもろこし、人参、とうもろこしペースト、白いんげん豆、あさり、白ワイン、※②豆乳、じゃが芋 コショウ、コンソメ、塩、※③チキンブイヨン、※④あさりブイヨン、米粉	※①豚肉、※②大豆、※③鶏肉、※④-
	ハートハンバーグ	※ハートハンバーグ、砂糖、みりん、醤油、澱粉	※鶏肉、大豆、豚肉
	ツナポパイサラダ	※ツナ、レモン汁、人参、キャベツ、ほうれん草、サラダ油、醤油、酢、砂糖、コショウ、洋辛子	※大豆
	チョコクレープ	※チョコクレープ	※大豆
15（火）	ごはん	米	
	わかめととうふのスープ	鶏肉、酒、玉ねぎ、人参、※①豆腐、わかめ、白ごま、醤油、※②中華スープの素、※③チキンブイヨン、塩、コショウ、ごま油	※①大豆、※②大豆、鶏肉、豚肉、ごま、※③鶏肉
	にくだんごあまずあん	※肉団子甘酢あん	※鶏肉、大豆、小麦、ごま
	キムチいため	サラダ油、にんにく、生姜、豚肉、酒、※①キムチ、みりん、もやし、しめじ、にら、※②春雨、醤油、※③中華スープの素、ごま油、白ごま	※①-、※②-、※③大豆、鶏肉、豚肉、ごま
	フルーツあんにんどうふ	※フルーツ杏仁風プリン	※大豆、もも、りんご
16（水）	キャロットピラフ	米、※キャロットピラフの素	※鶏肉、大豆
	ミネストローネ	※①マカロニ、じゃが芋、人参、玉ねぎ、白いんげん豆、セロリ、キャベツ、※②ベーコン、にんにく サラダ油、トマト、塩、醤油、砂糖、コショウ、白ワイン、※③チキンブイヨン、コンソメ、パセリ	※①小麦、※②豚肉、※③鶏肉
	とりにくのレモンしょうゆやき	鶏肉、酒、生姜、醤油、砂糖、レモン汁、澱粉	
	にんじんサラダ	※ツナ、レモン汁、とうもろこし、人参、きゅうり、酢、コショウ、醤油、砂糖、白ごま	※大豆
17（木）	げんまいいりごはん	米、げんまい	
	じゃがいものみそしる	じゃが芋、人参、玉ねぎ、※①絹揚げ、小松菜、かつおだし、※②昆布だし、白味噌、赤味噌	※①大豆、※②-
	きんめだいのしろしょうゆやき	※金目鯛の白醤油焼	※小麦、大豆
	ひじきのいりに	豚肉、ひじき、人参、※さつま揚げ、こんにゃく、枝豆、醤油、みりん、砂糖、酒、かつおだし、サラダ油	※-
	いちご	いちご	
	あじつきこざかな(中学生のみ)	※味付小魚	※ごま、小麦、大豆
18（金）	ごはん	米	
	ひらめんスープ	鶏肉、人参、長ねぎ、※①なると、白菜、椎茸、※②米粉麺、※③チキンブイヨン ※④中華スープの素、醤油、塩、コショウ、ごま油	※①-、※②-、※③鶏肉 ※④大豆、鶏肉、豚肉、ごま
	ビビンバ(にくのいためにに)	豚肉、にんにく、生姜、砂糖、みりん、醤油、※豆板醤、ごま油、赤味噌	※大豆
	ビビンバ(ナムル)	ほうれん草、もやし、人参、にんにく、砂糖、醤油、ごま油、白ごま	
	ブルーベリーゼリー(中学生のみ)	※ブルーベリーゼリー	※-
21（月）	ごはん	米	
	はんぺんのすましじる	鶏肉、人参、大根、ごぼう、※①豆腐、小松菜、長ねぎ、※②はんぺん、酒、みりん、かつおだし、※③昆布だし、醤油、塩	※①大豆、※②やまいも、※③-
	さばのびりからやき	サバ、酒、生姜、醤油、みりん、※豆板醤、黒ごま、澱粉、砂糖	※大豆
	ほうれんそうのわふうサラダ	ほうれん草、えのき茸、のり、醤油、砂糖、サラダ油、酢、コショウ	
	なのはなふりかけ	※菜の花ふりかけ	※ごま、小麦、大豆
22（火）	むぎごはん	米、大麦	
	きのこカレー　新メニューです♪	豚肉、サラダ油、生姜、にんにく、玉ねぎ、人参、じゃが芋、えのき茸、しめじ、※①チキンブイヨン、赤ワイン、※②チャツネ、醤油 ※③レトロカリールウ、※④ローダスカレールウ、米粉、※⑤中濃ソース、ガラムマサラ、マサラマイルド、カレー粉、グリンピース、	※①鶏肉、※②りんご、※③小麦、鶏肉、大豆 ※④小麦、豚肉、鶏肉、大豆、りんご、※⑤-
	ささみカツ	※ささみカツ、サラダ油	※鶏肉、豚肉、小麦、大豆
	かみかみかいそうサラダ	海藻ミックス、キャベツ、切り干し大根、人参、枝豆、※①揚げちりめん、※②野菜いっぱい和風ドレッシンング	※①-、※②小麦、大豆、鶏肉、豚肉、りんご
	アセロラゼリー	※アセロラゼリー	※-
24（木）	★ふじさんのひこんだで★		
	ごはん	米	
	チンゲンサイのちゅうかはるさめスープ	鶏肉、人参、チンゲン菜、白菜、長ねぎ、きくらげ、※①春雨、※②中華スープの素、※③チキンブイヨン 塩、醤油、コショウ、酒、ごま油	※①-、※②大豆、鶏肉、豚肉、ごま、※③鶏肉
	ぎょうざ　新メニューです♪	※餃子	※豚肉、大豆、ごま、小麦、鶏肉、ゼラチン
	ぶたにくとアーモンドのいためもの	豚肉、たけのこ、人参、ピーマン、アーモンド、酒、醤油、※①中華スープの素、生姜、※②オイスターソース、ごま油、澱粉、サラダ油	※①大豆、鶏肉、豚肉、ごま、※②-
	ふじさんゼリー	※富士山ゼリー	※-
25（金）	ごはん	米	
	とうふとわかめのみそしる	玉葱、もやし、えのき茸、※①豆腐、わかめ、かつおだし、白味噌、赤味噌、※②昆布だし	※①大豆、※②-
	しろみざかなのフライ	※①白身魚のフライ、サラダ油、※②中濃ソース	※①小麦、大豆、※②-
	いんげんとひきにくのいためにに	さやいんげん、人参、豚肉、※春雨、玉ねぎ、生姜、サラダ油、かつおだし、酒、みりん、醤油	※-
	こんぶとまっちゃのふりかけ	※昆布と抹茶のふりかけ	※-
	みかん　しゅんのみかんです♪	みかん	
28（月）	ペンネミートソース	※①マカロニ、豚肉、赤ワイン、大豆、にんにく、玉ねぎ、人参、セロリ、※②デミグラスソース、※③ハヤシルウ コンソメ、※④中濃ソース、※⑤ケチャップ、トマト、塩、コショウ、パセリ、オリーブオイル	※①小麦、※②小麦、豚肉、大豆、りんご、鶏肉 ※③小麦、※④-、※⑤-
	マーマレードチキン　新メニューです♪	鶏肉、生姜、にんにく、醤油、※マーマレードジャム	※-
	ブロッコリーとコーンのサラダ	ブロッコリー、とうもろこし、人参、※イタリアンドレッシング	※小麦、大豆、ゼラチン
	りんごのタルト	※りんごのタルト	※大豆、りんご

＊「使われている材料」及び「加工品（※）のアレルゲン特定原材料28品目」で確認をしてください。

アレルゲン特定原材料28品目とは、えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、アーモンドです。

※「醤油」は大豆と小麦、「白味噌、赤味噌」は大豆、「コンソメ」は鶏肉、豚肉が含まれています。