

令和元年度



## 学校給食予定献立(アレルギー詳細)献立表

沖縄市立学校給食センター

第二調理場

☎098-937-2700

1. 予定(アレルギー詳細)献立表は、食品表示法に定められている27品目を表示しています。

特定原材料(表示義務)7品目	特定原材料に準ずる(表示の推奨)20品目
卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに	あわび いか いくら さけ さば 牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン 大豆 ごま くるみ カシュー納ツツ オレンジ キウイフルーツ バナナ もも りんご まつたけ やまいも

2. 献立名の黒丸印(●)は、食物アレルギー除去食対応児童生徒へ除去食の提供があります。

( )内の食品は対応アレルゲンを表示しています。

※沖縄市立学校給食センターで除去食の対応アレルゲンは下記の6品目です。

除去食の提供はこのアレルゲン6品目を含む和え物(サラダ・フルーツ和えを含む)などです。

除去食対応アレルゲン6品目	卵 乳 えび かに いか たこ
---------------	-----------------

3. 加工食品に関しては、原材料や調味料ではなく、アレルゲンのみ表示している場合もあります。

4. ショウゆは(小麦・大豆)、酢、特濃酢は(小麦)の成分を含んでいます。

月はじめで使用した日のみ、アレルゲンを表示しています。その日以降は表示していませんが、アレルゲンは同じです。

5. 海藻類(あおさ、もずく、ひじき)、しらすやチリメン、カエリなどは、えび・かにに混ざる漁法で採取されていることから、「えび・かに」が混入することがあります。

6. あさりなどの二枚貝には「かに」が共生しています。

7. 天候やその他の都合により、献立の変更や食材を変更することがあります。

8. 調味料欄に表示がなくても、塩、こしょう、さとう、酒、酢(小麦)、しょうゆ(小麦 だいす)、みりん、でんぶんを使用する場合があります。

※毎週木曜日について…幼稚園は『弁当の日』となっている為、給食の提供はありません。

日付	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熟や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料
3日 (月)	牛乳	牛乳	米、麦		
	麦ごはん				
	麻婆冬瓜	とうふ(だいす) ぶたひき肉、だいす 甜麵醤(小麦、だいす、 ごま) 赤みそ(だいす)	三温糖、ごま油 でんぶん、だいす油	玉ねぎ、にんじん だけのこ、長ねぎ にら、木くらげ しいたけ、しょうが にんにく、冬瓜	トウパンジャン、ぶた骨 しょうゆ(小麦 だいす)、 オイスターソース(だいす)
	キムチ和え	茎わかめ、しらすぼし、 糸けずり節、	三温糖	大根、にんじん	酢(小麦)、 キムチの素(りんご、だいす)
4日 (火)  コザ小 4年 欠食  ✿虫歯 予防 ティー	しゅうまい	とうふ(だいす)、 魚肉すり身、卵白、 だいす粉	小麦粉、でんぶん、 さとう、なたね油、 豚脂	玉ねぎ、きやべつ、 さやいんげん、ねぎ、 にんじん、だけのこ	塩、しょうゆ(小麦、だいす)
	牛乳	牛乳	米、もちきび		
	きびごはん	鮭、とうふ(だいす)、 白みそ(だいす)	じゃがいも	大根、にんじん、 白菜、長ねぎ	かつお節
	石狩汁	さきいか(いか、乳)	三温糖、ごま油、 白ごま	きやべつ、きゅうり、 もやし、にんじん	薄口しょうゆ(小麦、だいす)、酢
5日 (水)	納豆	だいす	さとう		しょうゆ、みりん、塩、酢 かつおエキス
	くだもの			くだもの	
	牛乳	牛乳	スパゲティ だいす油	なす、にんじん、玉ねぎ、 ピーマン、にんにく、 トマト、マッシュルーム、	ケチャップ、ウスターソース(だ いす、りんご)、デミグラスソース (小麦、鶏肉)、塩、こしょう、 赤ワイン、トマトピューレ
	●ごぼうサラダ (卵)	ハム(ぶた肉、だいす、と り肉)	アーモンド、白ごま、 三温糖、マヨネーズ(卵、 だいす、りんご)	ごぼう にんじん きゅうり	しょうゆ
	魚の香草焼き	ホキ、チーズ(乳)	パン粉(小麦、だいす) マヨネーズ(卵、だいす、り んご)	青しそ、パセリ	塩、こしょう、マスタード

日	牛乳 コッペパン	牛乳 脱脂粉乳	小麦粉、さとう ショートニング(だいす)		イースト、塩
6日 (木)	カレー クリームスープ	とり肉、牛乳 生クリーム(乳)	小麦粉、じゃがいも、 マーガリン(乳、だいす)	かぼちゃ、にんじん、 玉ねぎ、こまつな、 マッシュルーム	塩、こしょう、カレー粉、カレー ルウ(小麦、とり肉、牛肉、だい す)、白ワイン、とり骨、ぶた骨
	牛肉と野菜ソテー	牛肉	だいす油、 マーガリン(乳、だいす)	にんじん、玉ねぎ グリーンアスパラ、 きやべつ、にんにく	塩、こしょう、薄口しょうゆ
	オムレツ	卵	でんぶん、植物油脂、 さとう		塩、しょうゆ、かつおエキス、 にほしエキス
7日 (金)	牛乳	牛乳			
	昆布ジューシー	ぶた肉、こんぶ、 油あげ(だいす)	米、だいす油	しいたけ、にんじん、 たけのこ、ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩
	中学校 欠食	三色和え	ツナ	三温糖、ごま油、 白ごま	きやべつ、コーン にんじん、きゅうり
10日 (月)	牛乳 麦ごはん	牛乳	米、麦		
	チムシング 紅いもかりんとう	ぶたレバー、ぶた肉 赤・白みそ(だいす)	じやがいも	人参、にら、大根 にんにく	
	ふりかけ くだもの	しらすぼし、糸けずり節	紅いも、だいす油 三温糖、水あめ	大根葉	豚骨、かつお節、塩
11日 (火)	牛乳	牛乳			
	深川めし	あさり、ぶた肉、ひじき	米、だいす油	人参、しいたけ、 青豆(だいす)	塩、薄口しょうゆ、 かつお節、酒
	きやべつのあえ物 さばの くだもの	とりささみ さば	オリーブ油、三温糖	きやべつ、コーン、 にんじん、きゅうり、 シークワサー果汁	塩
12日 (水)	牛乳 麦ごはん	牛乳	米、麦		
	ハヤシライス	牛肉	小麦粉、だいす油、 マーガリン(乳、だいす)	にんにく、玉ねぎ、 人参、セロリ、トマト、ピーマン、 りんご、マッシュルーム	ウスターソース(だいす、りん ご)、赤ワイン、カレー粉、 ハヤシルウ(小麦、牛肉、だい す)、塩、とり骨、ケチャップ ぶた骨
	ピクルスあえ ゆで卵	卵	白ごま、三温糖	ピクルス、大根 にんじん	酢、塩
13日 (木)	牛乳 きびごはん	牛乳	米、もちきび		
	肉じゃが ゆかり漬け	ぶた肉	じやがいも、だいす油	にんじん、玉ねぎ 糸こんにゃく しいたけ、にら	しょうゆ、みりん、酒、塩 かつお節、薄口しょうゆ
	わかさぎの 磯辺揚げ	糸けずり節	さとう	きゅうり、白菜、しそ	塩、特濃酢(小麦)
	わかれさぎ チーズ	わかれさぎ、青のり チーズ(乳)	小麦粉、でんぶん だいす油		塩、こしょう

14日 (金) 北美小 5年・ コザ小 6年 欠食 ♦残量 調査 週間 (越え小 & 美里中)	牛乳 コッペパン	牛乳 脱脂粉乳 ヌードルスープ	小麦粉、さとう ショートニング(だいす)	イースト、塩	
	チリコンカン	きんとき豆、ぶたひき肉 牛ひき肉	だいす油	玉ねぎ、にんじん ピーマン、にんにく	ウスターソース(だいす、りん ご)、トマトソース(だいす)、 ケチャップ、チリミックス(小麦、 豚肉、乳) タパスコ、こしょう チリパウダー、塩
	魚の花園焼き	ホキ、チーズ(乳)	マヨネーズ(卵、だいす、り んご)	ピーマン、黄ピーマン 赤ピーマン	塩、こしょう
	牛乳 麦ごはん	牛乳 厚あげ(だいす)	米、麦 だいす油、 でんぶん	にんにく、にんじん たまねぎ、こまつな 白菜、しいたけ 糸こんにゃく、しょうが	しょうゆ、みりん、酒、塩 かつお節
17日 (月) 美里小 4年 ・コザ小 6年 欠食	厚あげのいため しらすとアーモンド の油みそ	牛肉 アーモンド、白ごま、 三温糖、だいす油	だいす油、 でんぶん	みりん、酒	
	さばの甘酢がけ	さば、糸けずり節	三温糖、でんぶん	玉ねぎ、人参、 長ねぎ、しょうが	しょうゆ、酢、みりん、酒
	牛乳 きびごはん	牛乳 とり肉、きぬごしどうふ (だいす)	米、もちきび はるさめ、でんぶん	コーン、にんじん、 ねぎ	とり骨、ぶた骨、しょうゆ、 塩、こしょう
	中華スープ ちんじやおろーすー <sup>青椒肉絲</sup>	牛肉 ぶた肉、とり肉 だいす	ごま油、だいす油、 でんぶん	ピーマン、赤ピーマン、 たけのこ、木くらげ、 にんにく、しょうが、人参	しょうゆ、みりん、酒、塩、 オイスターソース(だいす)
18日 (火)	ぎょうざ 餃子	ぶた肉、とり肉 だいす	ごま油、小麦粉、パン粉 (小麦、だいす、乳)、 植物油脂、でんぶん	きやべつ、青じそ にら、長ねぎ しょうが、にんにく	しょうゆ、塩、 オイスターソース(だいす)
	牛乳 麦ごはん	牛乳 とり肉	米、麦 だいす油	にんじん、ごぼう、 たけのこ、大根、 いんげん、こんにゃく、 しいたけ	かつお節、しょうゆ、 みりん、酒、塩
	筑前煮	のり	白ごま、三温糖	チングン菜、白菜、 きゅうり、にんじん	しょうゆ、酢
	のり和え 魚のゆずみそ ソースがけ	さば 、甘口白みそ(だいす)	三温糖	ゆず	みりん、酒
20日 (木)	牛乳 胚芽パン	牛乳 脱脂粉乳	小麦粉、さとう、胚芽 ショートニング(だいす)	イースト 塩	
	オートミール ポタージュ	白花豆、白いんげん、 生クリーム(乳)、 牛乳、ベーコン(ぶた肉、 だいす)	オートミール、 だいす油	玉ねぎ、にんじん、 セロリー、パセリ	とり骨、ぶた骨、 塩、こしょう
	●ゴーヤーサラダ (卵)	とりささみ	マヨネーズ(卵、だいす、り んご)、三温糖	にがうり、きゅうり、 コーン、レモン果汁	コールスロードレッシング(卵、 だいす)
	ワインナー	ワインナー(豚)			

21日 (金) 懇意の 日 献立	牛乳 ボロボロ ジューシー パパイヤとツナの アーサ酢あえ ふかしいも くだもの	牛乳 麦みそ(だいす)、 ぶた肉 ツナ、アーサ	米、だいす油、 マーガリン(乳、だいす) ツナ、アーサ	にんじん、しいたけ、 冬瓜、さんとう葉	塩、かつお節、 ぶた骨、しょうゆ
	牛乳 麦ごはん イナムドウチ 千切りイリチー うむくじ	牛乳 ぶたロース肉、カステラ かまぼこ(卵、だいす)、甘 口白みそ(だいす) こんぶ、ぶた肉、 チキアギ(だいす)、 油あげ(だいす)	米、麦 だいす油 紅いも、もち粉、 さとう、だいす油	こんにゃく、しいたけ、 大根、ねぎ 切干大根、人参 こんにゃく	塩、かつお節、ぶた骨 しょうゆ、みりん、塩、酒 ぶた骨、かつお節
24日 (月)	牛乳 うっちゃんライス 温野菜サラダ 魚の 人参ソースやき	牛乳 とり肉 ペーコン(ぶた肉、だい す)	牛乳 米、マーガリン(乳、だい す)、だいす油、白ごま 三温糖、ごま油 ホキ、白みそ(だいす)	にんじん、玉ねぎ、 マッシュルーム、 だいこん葉、 ブロッcoli、コーン カリフラワー、にんじん きゅうり、きやべつ 人参、マッシュルーム、 玉ねぎ	うっちゃん粉、カレー粉、塩、 こしょう、薄口しょうゆ、みりん、 酒、かつお節、とり骨 しょうゆ、酢、りんご酢、塩
	牛乳 《みそラーメン》 ・中華めん ・みそスープ 中華和え ミニ肉まん	牛乳 ぶた肉、赤みそ(だい す)、赤だしみそ(だい す)、さば、とり肉 ハム(ぶた肉、だいす)、と り肉 とり肉	牛乳 小麦粉、 植物油脂(だいす) ぶた肉、赤みそ(だい す)、赤だしみそ(だい す)、さば、とり肉 春雨、白ごま、 ごま油、三温糖 豚脂、さとう、小麦粉 植物油脂、ごま油	もやし、チンゲン菜、 コーン、たけのこ、人参 木くらげ、長ねぎ しょうが、にんにく 木くらげ、わらび、 ふき、せんまい、 たけのこ、えのき茸 きゅうり、シーカワ-果実 きやべつ、玉ねぎ、ねぎ、 にんにく、しょうが	塩、かん水 かつお節、ぶた骨、とり骨 薄口しょうゆ、塩
	牛乳 きびごはん ソーキの煮つけ たくあん和え 焼きししゃも	牛乳 三温糖 白ごま、三温糖 ししゃも	牛乳 米、もちきび 三温糖 白ごま、三温糖 豚脂、さとう、小麦粉 植物油脂、ごま油		しょうゆ、塩、イースト とりがらスープ(小麦、とり肉、だ いす、乳)
27日 (木)	牛乳 きびごはん ソーキの煮つけ たくあん和え 焼きししゃも	牛乳 三温糖 白ごま、三温糖 ししゃも	牛乳 冬瓜、にんじん、 こんにゃく、いんげん 白菜、木くらげ、きゅうり、 たくあん、にんじん		しょうゆ、みりん、酒、塩、 かつお節
	牛乳 コッペパン トマトと卵のスープ ●マセドアンサラダ (卵)	牛乳 脱脂粉乳 ハム(ぶた肉、だいす)、 トリ肉 ハム	牛乳 小麦粉、さとう ショートニング(だいす) でんぶん トマト、玉ねぎ、ねぎ 豚脂、さとう、だいす油 豚脂、さとう、だいす油		酢、しょうゆ
	牛乳 宮里中 3年 欠食 ハンバーグの ソースがけ	牛乳 脱脂粉乳 さつまいも、マヨネーズ(卵 だいすりんご)、三温糖 豚脂、さとう、だいす油 豚脂、さとう、だいす油	牛乳 かぼちゃ、人参、 きゅうり、青豆(だいす) 玉ねぎ、にんにく、 ビクルス、しょうが、 マッシュルーム		塩、植物性たんぱく(だいす) ウスターソース(だいすりん ご)、ケチャップ、デミグラスソ ース(小麦、とり肉)