



1月学校給食予定献立(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28品目を表示しています。食品表示法の一部改正により、特定原材料に準ずるもの(推奨表示)にアーモンドが追加になりました。11月の献立表より順次対応させていただきます。

Table with 2 columns: 特定原材料(表示義務)7品目 and 特定原材料に準ずる(表示の推奨)21品目

- 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ギーを表示しています。

※沖縄市立学校給食センターで除去食の対応アレルギーは下記の6品目です。除去食の提供はこのアレルギー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。



Table with 2 columns: 除去食対応アレルギー6品目 and 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、アレルギーのみ表示している場合もあります。
4. しょうゆは(小麦・大豆)、酢、特濃酢は(小麦)の成分を含んでいます。月はじめて使用した日のみ、アレルギーを表示しています。その日以降は表示していませんが、アレルギーは同じです。
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・かにが混ざる漁法で採取されていることから、「えび」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 だいたい)、みりん、でんぷ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。

あけましておめでとございます



1/24(金)~1/30(木)は、全国学校給食週間となっています。戦後、支援物資による給食再開を記念して設けられたのが『全国学校給食週間』です。毎年、理解や関心を深めることを目的として、実施されます。この機会に全国だけでなく、沖縄県や沖縄市の給食の歴史を探ってみるのもいいですね。

年が明け、新しい1年が始まりました。勉強や運動に自分の力をしっかりと発揮していくためには、朝ごはんが重要です。寒くなり、朝起きるのがつらい季節ですが、早ね早起きの規則正しい生活習慣を身に付け、朝ごはんを必ず食べてから、登校するようにしましょう。



Main table with columns: 日付, 献立名, 赤の食品(血や肉、骨を作る), 黄の食品(熱や力になる), 緑の食品(体の調子を整える), 調味料

Main table with columns: 献立名, 牛乳, 米、麦, 調味料, 献立名, 牛乳, 米、麦, 調味料

17日 (金)	牛乳 麦ごはん	牛乳	米、麦	にんにく、にんじん 長ねぎ、しいたけ 白菜、ほうれん草 糸こんにゃく	しょうゆ、みりん、酒、塩 かつお節
	すきやき	牛肉、とうふ(だいず)	三温糖、だいず油		
	納豆みそ	納豆(だいず)、ツナ 麦みそ(だいず)	三温糖、だいず油	しょうが、ねぎ	みりん
	焼きししゃも	子持ちししゃも			塩
	果物(中学校のみ)			果物	
20日 (月)	牛乳 《みそラーメン》	牛乳			
	中華めん		小麦粉、だいず油		塩、かん水
	みそスープ	ぶた肉、赤みそ(だいず)、 白みそ(だいず)	ごま油	もやし、チンゲン菜 コーン、たけのこ、長ねぎ しょうが、にんにく	塩、ぶた骨、とり骨 コチジャン(だいず)
	中華炒め	牛肉	ごま油、だいず油 でんぷん、三温糖	にんじん、玉ねぎ、白菜 チンゲン菜、ヤングコーン くわい、にんにく しいたけ、木くらげ	しょうゆ、みりん 酒、塩、とり骨 オイスターソース(だいず)
	青じそぎょうざ	ぶた肉、とり肉	ごま油、小麦粉 パン粉(小麦、だいず) 植物油脂、でんぷん	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(だいず)
21日 (火)	牛乳 麦ごはん	牛乳	米、麦		
	根菜のいため煮	とり肉、ちくわ 厚あげ(だいず)	さといも、三温糖 だいず油、ごま油	きぬさや にんじん、ごぼう こんにゃく、れんこん しいたけ	しょうゆ、みりん、塩 かつお節
	●三色和え(卵)	卵、ツナ	さとう、でんぷん 白ごま、ごま油	きやべつ、にんじん きゅうり、ほうれん草	塩、薄口しょうゆ
	魚のちゃんちゃん 焼き	ホキ、白みそ(だいず)	マヨネーズ(卵、だいず、りんご)、 三温糖	玉ねぎ、にんじん ブロッコリー	酒
22日 (水)	牛乳 《牛丼》	牛乳			
	麦ごはん		米、麦		
	牛丼の具	牛肉	三温糖、だいず油 でんぷん、白ごま	糸こんにゃく、にんじん 玉ねぎ、小松菜、しめじ しょうが、にんにく	しょうゆ、みりん、酒
	くずきりスープ	とり肉	くずきり、でんぷん	にんじん、しいたけ 木くらげ、玉ねぎ チンゲン菜	かつお節、しょうゆ、塩 とり骨、ぶた骨
	果物			果物	
23日 (木)	牛乳 スパゲティ ミートソース	牛乳	スパゲティ(小麦) だいず油	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(だいず、 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
	かぼちゃ 挽き肉フライ	ぶた肉	豚脂、パン粉(小麦) だいず油、さとう でんぷん(だいず) 小麦粉、植物油脂 水あめ	かぼちゃ、玉ねぎ	しょうゆ ウスターソース
	ミックスフルーツ		さとう	パイン、みかん 黄桃、アロエ、ぶどう シークワサー果汁	

24日 (金)	牛乳 黒米ごはん	牛乳	米、黒米		
	中身汁	ぶた中身、ぶた肉		こんにゃく、しいたけ 生姜	しょうゆ、塩、かつお節、ぶた骨
	からし菜の ツナあえ	ツナ	三温糖	からし菜、にんじん もやし、シークワサー果汁	しょうゆ、酢、塩
	わかさぎのから揚げ	わかさぎ	小麦粉、でんぷん だいず油		塩、こしょう、ガーリックパウダー
27日 (月)	牛乳 《オムライス》	牛乳			
	チキンライス	とり肉	米、だいず油 マーガリン(乳、だいず)	マッシュルーム、大根菜 コーン、玉ねぎ、にんじん	パプリカ粉、塩、ぶた骨 ケチャップ、こしょう
	うすやき卵	卵	でんぷん、植物油脂 さとう		塩、しょうゆ、かつおエキス 煮干しエキス
	●マセドアン サラダ(卵)		さつまいも、ハム(ぶた肉 だいず、とり肉)、マヨネーズ (卵、だいず、りんご)	かぼちゃ、きゅうり 青豆(だいず)、人参	マスタード、塩、こしょう
28日 (火)	牛乳 きびごはん	牛乳	米、きび		
	魚汁	アーサ、とうふ(だいず) 赤魚、麦みそ(だいず) 赤みそ(だいず)		大根、ねぎ	かつお節
	チヂンニイリ チー	ぶた肉	だいず油、三温糖、でん ぷん	島にんじん しょうが、にんにく こまつな、糸こんにゃく にんじん、玉ねぎ	しょうゆ、塩、酒 かつお節
	卵やき	卵、とり肉 チーズ(乳)	なたね油、だいず油 さとう、でんぷん	玉ねぎ、にんじん ほうれん草、しいたけ	しょうゆ、かつお節、塩
29日 (水)	牛乳 麦ごはん	牛乳	米、麦		
	白菜とさつまいもの クリーム煮	ベーコン(ぶた肉、だいず)、 生クリーム(乳)、牛 乳	マーガリン(乳、だいず)、 だいず油、小麦粉、さつまいも	白菜、にんじん、しめじ マッシュルーム 玉ねぎ、パセリ	塩、こしょう、ぶた骨、とり骨
	魚の香草焼き	ホキ、チーズ(乳)	パン粉(小麦、だいず)、マ ヨネーズ(卵、だいず、りんご)	青しそ、パセリ	塩、こしょう、マスタード
	くだもの(幼小のみのみ) アーモンド(中学校のみ)			果物	塩
30日 (木)	牛乳 麦ごはん	牛乳	米、麦		
	イナムドゥチ	ぶた肉、カステラかまぼ こ(卵、だいず)、甘口白 みそ(だいず)		こんにゃく、しいたけ 大根、ねぎ	塩、かつお節、ぶた骨
	スンシーイリチー	こんぶ、ぶた肉、チキア ギ(だいず)、油あげ(だ いず)	だいず油	穂先メンマ、にんじん こんにゃく	しょうゆ、みりん、塩、酒、ぶた骨
	田芋の から揚げ	田芋、小麦粉、でんぷん だいず油、三温糖			しょうゆ、みりん
31日 (金)	牛乳 麦ごはん	牛乳	米、麦		
	じゃがいもキムチ	ぶた肉	じゃがいも、だいず油 三温糖	糸こんにゃく、玉ねぎ 白菜キムチ(小麦、りんご、 だいず、さば)、にら、 にんじん、しいたけ	みりん、しょうゆ、酒、かつお節
	パンパンジー 棒棒鶏サラダ	とりささみ 赤みそ(だいず)	三温糖、白ごま ごま油	きやべつ、きゅうり にんじん、だいこん	しょうゆ、酢
	納豆 果物(中学校のみ)	だいず	さとう		しょうゆ、みりん、塩、酢 かつおエキス