

1. 予定(アレルギー詳細)献立表は、食品衛生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 カシューナッツ オレンジ キウイフルーツ パナナ もも りんご まつだけ 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。カッコ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に対応している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品目を含む副菜(和え物・サラダ類など)です。

除去食対応アレルゲン6品目	卵 乳(乳製品) えび かに いか たこ(※しらす・ちりめん・カエリは、「えび・かに」として除去対象です。)

3. 加工食品に関しては、原材料や調味料ではなく、アレルゲンのみを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、アレルゲンを表示しています。

その日以降は表示は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・かにが混ざる漁法で採取されていることから、「えび・かに」が混合することがあります。

6. あさりには「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。

曜日	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	欠食
3日 (月)	牛乳 麦ごはん	牛乳	米 麦			
	冬瓜の煮つけ	鶏肉 厚揚げ(大豆) 昆布 チキアギ(大豆)	三温糖	人参 椎茸 こんにゃく 冬瓜 いんげん	かつお節 薄口醤油(小麦・大豆) みりん 酒 塩	
	白菜のゆず香あえ	ちくわ 糸けすり	三温糖	白菜 小松菜 胡瓜 人参 大根 ゆず シークワーサー	薄口醤油 米酢 塩	
	納豆みそ	麦みそ(大豆) 納豆(大豆) 糸けすり ツナ	三温糖 大豆油	生姜 ねぎ	みりん	
4日 (火)	牛乳 仲良しパン	牛乳	仲良しパン(小麦・乳・大豆)			
	レンズ豆のクリーム スープ	鶏肉 白花豆 脱脂粉乳 レンズ豆	じゃが芋 小麦粉 マーガリン (乳・大豆・豚) 生クリーム(乳)	人参 玉葱 マッシュルーム セロリ パセリ	塩 こしょう 鶏骨	
	にんにく芽のソテー	豚肉	大豆油	にんにくの芽 人参 キャベツ し めじ 玉葱 こんにゃく にんにく	濃口醤油(小麦・大豆) 塩 こしょう	
5日 (水)	牛乳 中華風炊き込みご飯	牛乳				
さばの甘酢がけ	さば	三温糖 でん粉	玉葱 人参 ピーマン	かつお節 ブイヨン(鶏・豚) 薄口醤油 オイスターソース みりん 酒 塩		
筍わかめ中華あえ	筍わかめ ツナ	三温糖 白ごま ごま油	もやし 胡瓜 人参 白菜 生姜	濃口醤油 米酢 豆板醤		
6日 (木)	牛乳 黒米ごはん	牛乳	米 麦 黒米			
すまし汁	豆腐(大豆) 油あげ(大豆)			冬瓜 白菜 ねぎ 椎茸 人参	かつお節 昆布 薄口醤油 塩 酒	
鶏ごぼう焼き	鶏ごぼう焼き (鶏・小麦・大豆・ごま)					
干切りイリチー	豚肉 昆布 チキアギ(大豆)	大豆油		木耳 人参 こんにゃく 角切大根 には	ブイヨン(鶏・豚) 濃口醤油 みりん 酒 塩	
7日 (金)	秋休み					
11日 (火)	牛乳 豆入りピラフ	牛乳				
	オムレツのトマトソ ースがけ	鶏肉 ウインナー(豚) レンズ 豆 ひよこ豆	米 麦 大豆油 マーガリン (豚・乳・大豆)	にんにく 人参 玉葱 マッ シュルーム ピーマン パセリ	白ワイン 塩 こしょう 鶏骨	
	キャベツサラダ	オムレツ(卵・ゼラチン・大豆)	三温糖	トマト にんにく	トマトソース(大豆) トマトケ チャップ ハットソース 濃口醤油 ブイヨン(鶏・豚)	
12日 (水)	牛乳 みそ汁	牛乳				
もずく丼(具)	油あげ(大豆) 麦みそ(大豆) 白みそ(大豆)	じゃが芋		人参 玉葱 冬瓜 ねぎ えのき	かつお節 昆布	
ちくわの磯部あげ	豚肉 もずく	三温糖 でん粉		にんにく 人参 玉葱 小松菜 生姜	米酢 濃口醤油 みりん 塩 かつお節 酒	
13日 (木)	牛乳 キムチうどん	牛乳				
ミニ肉まん	豚肉 赤みそ(大豆) 赤だし(大豆・さば・鶏)	うどん(小麦) 大豆油		白菜キム子(大豆・小麦) 玉葱 人参 白菜 竹の子 椎茸 生姜 には	かつお節 昆布 濃口醤油 みりん キム子の素(大豆・い か・りんご) 塩	
もやしのナムル	ちくわ 膏のり	小麦粉 でん粉 なたね油		もやし 胡瓜 人参 白菜 生姜 大根 小松菜 シークワーサー	濃口醤油 米酢	

曜日	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	欠食
14日 (金)	牛乳	牛乳				
	五目ごはん	鶏肉 油あげ(大豆)	米 麦 大豆油	人参 ごぼう 椎茸 ねぎ こんにゃく	かつお節 昆布 濃口醤油 薄口醤油 みりん 酒 塩	
	さんまの塩焼き	さんま		シークワサー	塩	
	白和え	豆腐(大豆) ツナ 甘口みそ(大豆)	三温糖 白ごま ねりごま ごま油	白菜 小松菜 人参	濃口醤油	
17日 (月)	牛乳	牛乳		果物		
	沖縄やきそば	豚肉 チキアギ(大豆)	沖縄そば(小麦・大豆) 大豆油 ごま油	生姜 にんにく 人参 キャベツ 木耳 もやし 玉葱 たら	濃口醤油 ウスターソース(大豆・りんご) みりん 塩	美東中欠食
	ウムニー		紅芋 三温糖 グラニュー糖 もち粉		塩	
胡瓜とささみの和え物	鶏ささみ ちくわ	三温糖 ごま油 白ごま	人参 大根 胡瓜 白菜	濃口醤油 米酢 塩		
18日 (火)	牛乳	牛乳	米 麦			
	麦ごはん					
	豆腐と野菜の中華煮	豆腐(大豆) 豚肉	大豆油 でん粉	にんにく 人参 玉葱 小松菜 白菜 椎茸 木耳 生姜 エリンギ	濃口醤油 オイスターソース 塩 フイヨン(鶏・豚) みりん 酒	
19日 (水)	牛乳	牛乳				
	コッパン		コッパン(小麦・乳・大豆)			
20日 (木)	トマトと魚のスープ	白身魚 白いんげん	じゃが芋 大豆油 でん粉	人参 玉葱 マッシュルーム セロリー トマト	トマトケチャップ トマトソース(大豆) 鶏骨 豚骨 塩	
	ウインナー	ウインナー(豚)	三温糖 でん粉	にんにく	ドマドケチャップ トマトソース(大豆) ウスターソース(大豆・りんご) 濃口醤油	
	野菜のカレー風味ソテー	豚肉	大豆油	ブロッコリー 人参 玉葱 キャベツ しめじ コーン にんにく	こしょう 濃口醤油 カレー粉	
21日 (金)	牛乳	牛乳				
	麦ごはん		米 麦			
	もずくと冬瓜のすまし汁	もずく 黄かまぼこ		冬瓜 椎茸 こんにゃく ねぎ 生姜	かつお節 昆布 薄口醤油 塩 酒	
22日 (土)	エビかつ	エビかつ(エビ・大豆・卵・小麦) なたね油				
	タマナーチャンプルー	豚肉 ツナ 厚揚げ(大豆)	大豆油	人参 キャベツ もやし 玉ねぎ ニラ	濃口醤油 塩	
23日 (日)	牛乳	牛乳				
	炊き込みご飯	細切昆布 チキアギ(大豆) 豚肉 ひよこ豆	米 麦 大豆油	椎茸 人参 ねぎ	かつお節 フイヨン(鶏・豚) 濃口 醤油 薄口醤油 みりん 酒 塩	
	魚のみみじ焼き	ホキ チーズパウダー(乳)	ノンエッグマヨネーズ	人参 にんにく	塩 こしょう 酒	
24日 (月)	牛乳	牛乳				
	きのこスパゲティ	ハム(鶏・豚・大豆) ベーコン(豚・大豆)	スパゲティ(小麦) オリーブ油 大豆油	人参 玉ねぎ 木耳 しめじ えのき マッシュルーム パセリ にんにく	濃口醤油 塩 フイヨン(鶏・豚)	比幼・比屋 根小・美東 小欠食
	さつま芋のシナモンがけ		さつま芋 なたね油 粉糖		シナモン	
豆と野菜のサラダ	鶏ささみ ミックスビーンズ 白いんげん	オリーブ油 三温糖	人参 青豆 胡瓜 キャベツ コーン シークワサー	濃口醤油 米酢 塩		
25日 (火)	牛乳	牛乳				
	麦ごはん		米 麦			
26日 (水)	牛乳	牛乳				
	ハヤシルウ	牛肉	小麦粉 マーガリン(豚・乳・大豆) 大豆油	にんにく 玉ねぎ 人参 しめじ マッシュルーム セロリー グリンピース	鶏骨 ハヤシル(小麦・大豆・牛) デミグラスソース(小麦・乳・牛・大豆・鶏・豚) ウス ターソース(大豆・りんご) ト マトケチャップ りんごピューレ 塩 赤ワイン	
27日 (木)	牛乳	牛乳				
	秋のフルーツポンチ		白玉団子 三温糖	みかん缶 バイン缶 ぶどうゼ リー フルーツカクテル缶(も も) もも缶 シークワサー		
	ゆかりご飯		米 麦		ゆかり	
28日 (金)	牛乳	牛乳				
	ポロポロジュシー	豚肉	米 麦 大豆油	人参 椎茸 冬瓜 ぐしちゃん しい菜	かつお節 豚骨 塩 濃口醤油	
	スルルーのから揚げ	きびなご	小麦粉 でん粉 なたね油		塩	
29日 (土)	牛乳	牛乳				
	ウンチーともやしの炒め物	厚揚げ(大豆) 豚肉	大豆油 ごま油 でん粉	にんにく 空芯菜 もやし 人 参 竹の子	濃口醤油 みりん 米酢 酒 フイヨン(豚・鶏)	
	ゆかりご飯		米 麦		ゆかり	
30日 (日)	牛乳	牛乳				
	冬瓜のそぼろ汁	豚ひき肉 鶏ひき肉	大豆油 でん粉	人参 冬瓜 椎茸 生姜 玉ねぎ わけぎ	かつお節 昆布 薄口醤油 塩	
	焼きししゃも	ししゃも		シークワサー	塩	
31日 (月)	牛乳	牛乳				
	からし菜と鮎イリチー	卵 チキアギ(大豆) ベーコン(豚・大豆)	澁麩(小麦) 大豆油	人参 もやし からし菜	塩 濃口醤油	
	高菜入り炊き込みご飯	豚肉 油あげ(大豆)	米 麦 大豆油 ごま油	人参 椎茸 だけのご 高菜漬(大豆・小麦)	濃口醤油 かつお節 薄口醤油 酒 塩 みりん	高嶺1年~5 年・沖縄東中欠 食
焼き豆腐の生姜あんかけ	厚揚げ(豆腐)	三温糖 でんぷん	生姜	濃口醤油 みりん かつお節		
おかか和え	糸けすり	三温糖	白菜 大根 胡瓜 人参 切干 大根 小松菜 シークワサー 果物	濃口醤油 米酢 塩		
1月 (月)	牛乳	牛乳				
	カレーピラフ	鶏肉 ひよこ豆	米 麦 大豆油	人参 玉ねぎ グリンピース ピーマン マッシュルーム	カレー粉 カレールウ(小麦・ 大豆・鶏・牛) 鶏骨 塩 薄口醤油 白ワイン	海瀬小5年欠食
●シーフードサラダ(いわ) たこ	いか たこ わかめ	三温糖	胡瓜 コーン 人参 キャベツ シークワサー	濃口醤油 米酢 塩		

1. 予定（アレルギー詳細）献立表は、食品衛生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 カシューナッツ オレンジ キウイフルーツ パナナ 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。カッコ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を対応している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品目を含む副菜（和え物・サラダ類など）です。

除去食対応アレルゲン6品目	卵 乳（乳製品） えび かに いか たこ（※しらす・ちりめん・カエリは、「えび・かに」として除去対象です。）

3. 加工食品に関しては、原材料や調味料ではなく、アレルゲンのみを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。

その日以降は表示は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・かにが混ざる漁法で採取されていることから、「えび・かに」が混合することがあります。

6. あさりには「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。

曜日	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	欠食
3日	牛乳	牛乳				
	麦ごはん		米 麦			
	冬瓜の煮つけ	鶏肉 厚揚げ(大豆) 昆布 チキアギ(大豆)	三温糖	人参 椎茸 こんにゃく 冬瓜 いんげん	かつお節 薄口醤油(小麦・大豆) みりん 酒 塩	
	白菜のゆず香あえ	ちくわ 糸けすり	三温糖	白菜 小松菜 胡瓜 人参 大根 ゆず シークワーサー	薄口醤油 米酢 塩	
(月)	納豆みそ	麦みそ(大豆) 納豆(大豆) 糸けすり ツナ	三温糖 大豆油	生姜 ねぎ	みりん	
4日	牛乳	牛乳				
	仲良しパン		仲良しパン(小麦・乳・大豆)			
	レンズ豆のクリーム スープ	鶏肉 白花豆 脱脂粉乳 レンズ豆	じゃが芋 小麦粉 マーガリン (乳・大豆・豚) 生クリーム(乳)	人参 玉葱 マッシュルーム セロリ パセリ	塩 こしょう 鶏骨	
(火)	にんにく芽のソテー	豚肉	大豆油	にんにく芽 人参 キャベツ し めじ 玉葱 こんにゃく にんにく	濃口醤油(小麦・大豆) 塩 こしょう	
	ポイル野菜のサラダ		三温糖 オリーブ油	胡瓜 人参 コーン 白菜 ブロッコリー カリフラワー シー クワーサー	米酢	
	牛乳	牛乳				
5日	中華風炊き込みご飯	鶏肉	米 麦 大豆油 ごま油	しめじ 人参 ごぼう 山菜 ミックス 椎茸 ねぎ 木耳	かつお節 ブイヨン(鶏・豚) 薄口醤油 オイスターソース みりん 酒 塩	
	さばの甘酢がけ	さば	三温糖 でん粉	玉葱 人参 ビーマン	ブイヨン(鶏・豚) 濃口醤油 みりん トマトケチャップ みつかん酢(小麦)	
	莖わかめ中華あえ	莖わかめ ツナ	三温糖 白ごま ごま油	もやし 胡瓜 人参 白菜 生姜	濃口醤油 米酢 豆板醤	
	果物			果物		
6日	牛乳	牛乳				
	黒米ごはん		米 麦 黒米			
	すまし汁	豆腐(大豆) 油あげ(大豆)		冬瓜 白菜 ねぎ 椎茸 人参	かつお節 昆布 薄口醤油 塩 酒	
	鶏ごぼう焼き	鶏ごぼう焼き (鶏・小麦・大豆・ごま)				
(木)	千切りイリチー	豚肉 昆布 チキアギ(大豆)	大豆油	木耳 人参 こんにゃく 角切大根 なら	ブイヨン(鶏・豚) 濃口醤油 みりん 酒 塩	
7日	秋休み					
(金)	牛乳	牛乳				
	豆入りピラフ	鶏肉 ウィンナー(豚) レンズ 豆 ひよこ豆	米 麦 大豆油 マーガリン (豚・乳・大豆)	にんにく 人参 玉葱 マッ シュルーム ビーマン パセリ	白ワイン 塩 こしょう 鶏骨	
	オムレツのトマトソ ースがけ	オムレツ(卵・ゼラチン・大豆)	三温糖	トマト にんにく	トマトソース(大豆) トマトケ チャップ ハットソース 濃口醤油 ブイヨン(鶏・豚)	
	キャベツサラダ		三温糖 オリーブ油	胡瓜 キャベツ 人参 バイン シークワーサー コーン	米酢	
12日	牛乳	牛乳				
	麦ごはん		米 麦			
	みそ汁	油あげ(大豆) 麦みそ(大豆) 白みそ(大豆)	じゃが芋	人参 玉葱 冬瓜 ねぎ えのき	かつお節 昆布	
	もずく丼(具)	豚肉 もずく	三温糖 でん粉	にんにく 人参 玉葱 小松菜 生姜	米酢 濃口醤油 みりん 塩 かつお節 酒	
(水)	ちくわの磯部あげ	ちくわ 膏のり	小麦粉 でん粉 なたね油		ベーキングパウダー 塩	
13日	牛乳	牛乳				
	キムチうどん	豚肉 赤みそ(大豆) 赤だし(大豆・さば・鶏)	うどん(小麦) 大豆油	白菜キムチ(大豆・小麦) 玉葱 人参 白菜 竹の子 椎茸 生姜 なら	かつお節 昆布 濃口醤油 みりん キムチの素(大豆・い か・りんご) 塩	
	ミニ肉まん	ミニ肉まん(小麦・豚・大豆・鶏)				
(木)	もやしのナムル	ハム(豚・鶏・大豆) わかめ	ごま油 すりごま 白ごま 三温糖	もやし 胡瓜 人参 大根 小松菜 シークワーサー	濃口醤油 米酢	

曜日	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	欠食
14日 (金)	牛乳	牛乳				
	五目ごはん	鶏肉 油あげ(大豆)	米 麦 大豆油	人参 ごぼう 椎茸 ねぎ こんにゃく	かつお節 昆布 濃口醤油 薄口醤油 みりん 酒 塩	
	さんまの塩焼き	さんま		シークワサー	塩	
	白和え	豆腐(大豆) ツナ 甘口みそ(大豆)	三温糖 白ごま ねりごま ごま油	白菜 小松菜 人参	濃口醤油	
17日 (月)	牛乳	牛乳				
	沖縄やきそば	豚肉 チキアギ(大豆)	沖縄そば(小麦・大豆) 大豆油 ごま油	生姜 にんにく 人参 キャベ ツ 木耳 もやし 玉葱 たら	濃口醤油 ウスターソース(大 豆・りんご) みりん 塩	美東中欠食
	ウムニー		紅芋 三温糖 グラニュー糖 もち粉		塩	
胡瓜とささみの和え物	鶏ささみ ちくわ	三温糖 ごま油 白ごま	人参 大根 胡瓜 白菜	濃口醤油 米酢 塩		
18日 (火)	牛乳	牛乳				
	麦ごはん		米 麦			
	豆腐と野菜の中華煮	豆腐(大豆) 豚肉	大豆油 でん粉	にんにく 人参 玉葱 小松菜 白菜 椎茸 木耳 生姜 エリンギ	濃口醤油 オイスターソース 塩 ブイヨン(鶏・豚) みりん 酒	
19日 (水)	牛乳	牛乳				
	豆腐と野菜の中華煮	豆腐(大豆) 豚肉	大豆油 でん粉	にんにく 人参 玉葱 小松菜 白菜 椎茸 木耳 生姜 エリンギ	濃口醤油 オイスターソース 塩 ブイヨン(鶏・豚) みりん 酒	
20日 (木)	牛乳	牛乳				
	麦ごはん		米 麦			
	もずくと冬瓜の すまし汁	もずく 黄かまぼこ		冬瓜 椎茸 こんにゃく ねぎ 生姜	かつお節 昆布 薄口醤油 塩 酒	
21日 (金)	牛乳	牛乳				
	炊き込みご飯	細切昆布 チキアギ(大豆) 豚肉 ひよこ豆	米 麦 大豆油	椎茸 人参 ねぎ	かつお節 ブイヨン(鶏・豚) 濃口 醤油 薄口醤油 みりん 酒 塩	
24日 (月)	牛乳	牛乳				
	きのこスパゲティ	ハム(鶏・豚・大豆) ベーコン(豚・大豆)	スパゲティ(小麦) オリーブ油 大豆油	人参 玉ねぎ 木耳 しめじ えのき マッシュルーム パセ リ にんにく	濃口醤油 塩 ブイヨン(鶏・豚)	比幼・比屋 根小・美東 小欠食
	さつま芋の シナモンがけ		さつま芋 なたね油 粉糖		シナモン	
豆と野菜のサラダ	鶏ささみ ミックスビーンズ 白いんげん	オリーブ油 三温糖	人参 青豆 胡瓜 キャベツ コーン シークワサー	濃口醤油 米酢 塩		
25日 (火)	牛乳	牛乳				
	麦ごはん		米 麦			
	ハヤシルウ	牛肉	小麦粉 マーガリン(豚・乳・大豆) 大豆油	にんにく 玉ねぎ 人参 しめじ マッシュルーム セロリー グリンピース	鶏骨 ハヤシル(小麦・大豆・ 牛) デミグラスソース(小麦・ 乳・牛・大豆・鶏・豚) ウス ターソース(大豆・りんご) ト マトケチャップ りんごビュー レ 塩 赤ワイン	
26日 (水)	牛乳	牛乳				
	ポロポロジュシー	豚肉	米 麦 大豆油	人参 椎茸 冬瓜 くしちゃん しい菜	かつお節 豚骨 塩 濃口醤油	
	スルルーのから揚げ	きびなご	小麦粉 でん粉 なたね油		塩	
27日 (木)	牛乳	牛乳				
	ゆかりご飯		米 麦		ゆかり	
	冬瓜のそぼろ汁	豚ひき肉 鶏ひき肉	大豆油 でん粉	人参 冬瓜 椎茸 生姜 玉ねぎ わけぎ	かつお節 昆布 薄口醤油 塩	
28日 (金)	牛乳	牛乳				
	高菜入り炊き込みご飯	豚肉 油あげ(大豆)	米 麦 大豆油 ごま油	人参 椎茸 だけのこ 高菜漬(大豆・小麦)	濃口醤油 かつお節 薄口醤油 酒 塩 みりん	高頭1年～5 年・沖縄東中欠 食
	焼き豆腐の 生姜あんかけ	厚揚げ(豆腐)	三温糖 でんぷん	生姜	濃口醤油 みりん かつお節	
おかか和え	糸けすり	三温糖	白菜 大根 胡瓜 人参 切干 大根 小松菜 シークワサー	濃口醤油 米酢 塩		
31日 (月)	牛乳	牛乳				
	カレーピラフ	鶏肉 ひよこ豆	米 麦 大豆油	人参 玉ねぎ グリンピース ピーマン マッシュルーム	カレー粉 カレールウ(小麦・ 大豆・鶏・牛) 鶏骨 塩 薄口醤油 白ワイン	泡瀬小5年欠食
	南瓜コロッケ		南瓜コロッケ(乳・小麦・大豆) なたね油			
●スープドサラダ (いか たこ)	いか たこ わかめ	三温糖	胡瓜 コーン 人参 キャベツ シークワサー	濃口醤油 米酢 塩		

1. 予定（アレルギー詳細）献立表は、食品衛生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 カシューナッツ オレンジ キウイフルーツ パナナ 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。カッコ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に対応している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品目を含む副菜（和え物・サラダ類など）です。

除去食対応アレルギー6品目	卵 乳（乳製品） えび かに いか たこ（※しらす・ちりめん・カエリは、「えび・かに」として除去対象です。）
---------------	--

3. 加工食品に関しては、原材料や調味料ではなく、アレルギーのみを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。月はじめで使用した日のみ、アレルギーを表示しています。

その日以降は表示は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・かに」が混合することがあります。

6. あさりには「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。

曜日	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	欠食
3日 (月)	牛乳	牛乳				
	麦ごはん		米 麦			
	冬瓜の煮つけ	鶏肉 厚揚げ(大豆) 昆布 チキアギ(大豆)	三温糖	人参 椎茸 こんにゃく 冬瓜 いんげん	かつお節 薄口醤油(小麦・大豆) みりん 酒 塩	
4日 (火)	白菜のゆず香あえ	ちくわ 糸けすり	三温糖	白菜 小松菜 胡瓜 人参 大根 ゆず シークワサー	薄口醤油 米酢 塩	
	納豆みそ	麦みそ(大豆) 納豆(大豆) 糸けすり ツナ	三温糖 大豆油	生姜 ねぎ	みりん	
	揚げパン	黄な粉(大豆) 脱脂粉乳	パン(小麦・乳・大豆) はったい粉 なたね油 三温糖 黒糖			
5日 (水)	レンズ豆のクリーム スープ	鶏肉 白花生 脱脂粉乳 レンズ豆	じゃが芋 小麦粉 マーガリン (豚・乳・大豆) 生クリーム(乳)	人参 玉葱 マッシュルーム セロリ パセリ	塩 こしょう 鶏骨	
	ポイル野菜のサラダ		三温糖 オリーブ油	胡瓜 人参 コーン 白菜 ブロッコリー カリフラワー シークワサー	米酢	
	牛乳	牛乳				
6日 (木)	中華風炊き込みご飯	鶏肉	米 麦 大豆油 ごま油	しめじ 人参 ごぼう 山菜 ミックス 椎茸 ねぎ 木耳	かつお節 フライオン(鶏・豚) 薄口醤油 オイスターソース みりん 酒 塩	
	さばの甘酢がけ	さば	三温糖 でん粉	玉葱 人参 ピーマン	フライオン(鶏・豚) 濃口醤油 みりん トマトクチャップ みつかん酢(小麦)	
	茎わかめの中華あえ	茎わかめ ツナ	三温糖 白ごま ごま油	もやし 胡瓜 人参 白菜 生姜	濃口醤油 米酢 豆板醤	
7日 (金)	牛乳	牛乳				
	黒米ごはん		米 麦 黒米			
	すまし汁	豆腐(大豆) 油あげ(大豆)		冬瓜 白菜 ねぎ 椎茸 人参	かつお節 昆布 薄口醤油 塩 酒	
8日 (土)	鶏ごぼう焼き	鶏ごぼう焼き (鶏・小麦・大豆・ごま)				
	千切りイリチー	豚肉 昆布 チキアギ(大豆)	大豆油	木耳 人参 こんにゃく 角切大根 たら	フライオン(鶏・豚) 濃口醤油 みりん 酒 塩	
	秋休み					
9日 (日)	牛乳	牛乳				
	豆入りピラフ	鶏肉 ウィンナー(豚) レンズ豆 ひよこ豆	米 麦 大豆油 マーガリン (豚・乳・大豆)	にんにく 人参 玉葱 マッ シュルーム ピーマン パセリ	白ワイン 塩 こしょう 鶏骨	
	オムレツのトマトソースがけ	オムレツ(卵・ゼラチン・大豆)	三温糖	トマト にんにく	トマトソース(大豆) トマトクチャップ ハットソース 濃口醤油 フライオン(鶏・豚)	
10日 (月)	キャベツサラダ		三温糖 オリーブ油	胡瓜 キャベツ 人参 バイン シークワサー コーン	米酢	
	牛乳	牛乳				
	麦ごはん		米 麦			
11日 (火)	みそ汁	油あげ(大豆) 麦みそ(大豆) 白みそ(大豆)	じゃが芋	人参 玉葱 冬瓜 ねぎ えの き	かつお節 昆布	
	もずく丼(具)	豚肉 もずく	三温糖 でん粉	にんにく 人参 玉葱 小松菜 生姜	米酢 濃口醤油 みりん 塩 かつお節 酒	
	ちくわの磯部あげ	ちくわ 青のり	小麦粉 でん粉 なたね油		ベーキングパウダー 塩	
12日 (水)	牛乳	牛乳				
	キムチうどん	豚肉 赤みそ(大豆) 赤だし(大豆・さば・鶏)	うどん(小麦) 大豆油	白菜キムチ(大豆・小麦) 玉葱 人参 白菜 竹の子 椎茸 生姜 たら	かつお節 昆布 濃口醤油 みりん キムチの素(いか・りん ご・大豆) 塩	
	三二肉まん	三二肉まん(小麦・豚・大豆・鶏)				
13日 (木)	もやしのナムル	ハム(豚・鶏・大豆) わかめ	ごま油 すりごま 白ごま 三温糖	もやし 胡瓜 人参 大根 小松菜 シークワサー	濃口醤油 米酢	

曜日	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	欠食
(金)	牛乳	牛乳				
	五目ごはん	豚肉 油あげ(大豆)	米 麦 大豆油	人参 ごぼう 椎茸 ねぎ こんにゃく	かつお節 昆布 濃口醤油 薄 口醤油 みりん 酒 塩	
	さんまの塩焼き	さんま		シークワサー	塩	
	白和え	豆腐(大豆) ツナ 甘のみそ(大豆)	三温糖 白ごま ねりごま ごま油	白菜 小松菜 人参	濃口醤油	
(月)	牛乳	牛乳				
	沖縄やきそば	豚肉 チキアギ(大豆)	沖縄そば(小麦・大豆) 大豆油 ごま油	生姜 にんにく 人参 キャベ ツ 木耳 もやし 玉葱 いら	濃口醤油 ウスターソース(大 豆・りんご) みりん 塩	美東中欠食
	ウムニー		紅芋 三温糖 グラニュー糖 もち粉		塩	
	胡瓜とささみの和え物	鶏ささみ ちくわ	三温糖 ごま油 白ごま	人参 大根 胡瓜 白菜	濃口醤油 米酢 塩	
牛乳	牛乳					
(火)	麦ごはん		米 麦			
	豆腐と野菜の中華煮	豆腐(大豆) 豚肉	大豆油 でん粉	にんにく 人参 玉葱 小松菜 白菜 椎茸 木耳 生姜 エリ ンギ	濃口醤油 オイスターソース 塩 フイヨン(鶏・豚) みりん 酒	
	県産豚肉餃子	県産豚肉餃子(小麦・豚・大豆)				
	ごぼうの中華あえ	ツナ 甘のみそ(大豆) 麦のみそ(大豆)	三温糖 白ごま ねりごま	ごぼう もやし 人参 胡瓜 切干大根	みりん 米酢	
(水)	牛乳	牛乳				
	コッパパン		コッパパン(小麦・乳・大豆)			
	トマトと魚のスープ	白身魚 白いんげん	じゃが芋 大豆油 でん粉	人参 玉葱 マッシュルーム セロリー トマト	トマトケチャップ トマトソー ス(大豆) 鶏骨 豚骨 塩	
	ウインナー	ウインナー(豚)	三温糖 でん粉	にんにく	トマトケチャップ トマトソース (大豆) ウスターソース(大豆 りんご) 濃口醤油	
(木)	牛乳	牛乳				
	麦ごはん		米 麦			
	もずくど冬瓜のずまし 汁	もずく 黄かまぼこ		冬瓜 椎茸 こんにゃく ねぎ 生姜	かつお節 昆布 薄口醤油 塩 酒	
	エビかつ	えびかつ(エビ・大豆・卵・小麦) なたね油				
(金)	牛乳	牛乳				
	タマナーチャンブルー	豚肉 ツナ 厚揚げ(大豆)	大豆油	人参 キャベツ もやし 玉ね ぎ ニラ	濃口醤油 塩	
	炊き込みご飯	細切昆布 チキアギ(大豆) 豚肉 ひよこ豆	米 麦 大豆油	椎茸 人参 ねぎ	かつお節 フイヨン(鶏・豚) 濃口 醤油 薄口醤油 みりん 酒 塩	
	魚のもみじ焼き	ホキ チーズパウダー(乳)	ノンエッグマヨネーズ	人参 にんにく	塩 こしょう 酒	
(月)	牛乳	牛乳				
	きのこスパゲティ	ハム(鶏・豚・大豆) ベーコン(豚・大豆)	スパゲティ(小麦) オリーブ油 大豆油	人参 玉ねぎ 木耳 しめじ えのき マッシュルーム パセ リ にんにく	濃口醤油 塩 フイヨン(鶏・豚)	比叅・比叅根 小・美東小欠食
	さつま芋の シナモンかけ		さつま芋 なたね油 粉糖		シナモン	
	豆と野菜のサラダ	鶏ささみ ミックスビーンズ 白いんげん	オリーブ油 三温糖	人参 青豆 胡瓜 キャベツ コーン シークワサー	濃口醤油 米酢 塩	
牛乳	牛乳					
(火)	麦ごはん		米 麦			
	ハヤシルウ	牛肉	小麦粉 マーガリン(豚・乳・大豆) 大豆油	にんにく 玉ねぎ 人参 しめ じ マッシュルーム セロリー グリーンピース	鶏骨 ハヤシルウ(小麦・大豆・ 牛) デミグラスソース(小麦・ 乳・牛・大豆・鶏・豚) ウス ターソース(大豆・りんご) ト マトケチャップ りんごピュー レ 塩 赤ワイン	
	ゆで卵	卵				
	秋のフルーツポンチ		白玉団子 三温糖	みかん缶 バイン缶 ぶどうゼ リー フルーツカクテル缶(も も) もも缶 シークワサー		
(水)	牛乳	牛乳				
	ポロポロジュシー	豚肉	米 麦 大豆油	人参 椎茸 冬瓜 くしちゃん しい菜	かつお節 豚骨 塩 濃口醤油	
	スルルーのから揚げ	きびなご	小麦粉 でん粉 なたね油		塩	
	ウンチーともやしの 炒め物	厚揚げ(大豆) 豚肉	大豆油 ごま油 でん粉	にんにく 空芯菜 もやし 人参 竹の子	濃口醤油 みりん 米酢 酒 フイヨン(豚・鶏)	
(木)	牛乳	牛乳				
	ゆかりご飯		米 麦		ゆかり	
	冬瓜のそばろ汁	豚ひき肉 鶏ひき肉	大豆油 でん粉	人参 冬瓜 椎茸 生姜 玉ね ぎ わけぎ	かつお節 昆布 薄口醤油 塩	
	焼きししゃも	ししゃも		シークワサー	塩	
(金)	牛乳	牛乳				
	高菜入り炊き込みご飯	豚肉 油あげ(大豆)	米 麦 大豆油 ごま油	人参 椎茸 たけのこ 高菜漬(大豆・小麦)	濃口醤油 かつお節 薄口醤油 酒 塩 みりん	高原1年～5 年・沖縄東 中欠食
	焼き豆腐の 生姜あんかけ	厚揚げ(豆腐)	三温糖 でん粉	生姜	濃口醤油 みりん かつお節	
	おかか和え	糸けずり	三温糖	白菜 大根 胡瓜 人参 切干 大根 小松菜 シークワサー	濃口醤油 塩 米酢	
牛乳	牛乳					
(月)	カレーピラフ	鶏肉 ひよこ豆	米 麦 大豆油	人参 玉ねぎ グリンピース ピーマン マッシュルーム	カレー粉 カレールウ(小麦・ 大豆・鶏・牛) 鶏骨 塩 薄口醤油 白ワイン	泡瀬小5年 欠食
	南瓜コロッケ		南瓜コロッケ(乳・小麦・大豆) なたね油			
	●シーフードサラダ (いか・たこ)	いか たこ わかめ	三温糖	胡瓜 コーン 人参 キャベツ シークワサー	濃口醤油 米酢 塩	