

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 ばなな 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」が混入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
1日 (木)	牛乳	牛乳			
	あわごはん		米 あわ		
	冬瓜ともずくのすまし汁	鶏肉 もずく	でん粉	冬瓜 ねぎ 生姜	塩 薄口醤油(小麦、大豆) かつお節
	きんぴらごぼう	豚肉	三温糖 ごま油 白ごま 米油	ごぼう いんげん 人参 生姜 こんにゃく	醤油(小麦、大豆) みりん 七味唐辛子(ごま)
	きびなごのから揚げ	きびなご	小麦粉 でん粉 大豆油		ガーリックパウダー こしょう
2日 (金)	牛乳	牛乳			
	チキンピラフ	鶏肉	米 麦 米油 マーガリン(乳、大豆、豚肉)	玉ねぎ 青豆(大豆) ピーマン 人参 赤ピーマン	白ワイン 塩 ポークブイオン(鶏肉、豚肉) こしょう
	きのこブロッコリーのソテー	ベーコン(豚肉、大豆)	米油	しめじ ブロッコリー 人参 コーン	醤油 塩 こしょう
	豆腐ハンバーグ	鶏肉 豆腐(大豆) 卵	パン粉(小麦) 小麦粉 砂糖 牛脂	玉ねぎ 人参 枝豆(大豆) ねぎ 生姜	みりん 塩
	果物			果物	
5日 (月)	牛乳	牛乳			
	あわごはん		米 あわ		
	沢煮椀	ベーコン(豚肉、大豆)		人参 大根 椎茸 えのき 長ねぎ しめじ 小松菜	かつお節 薄口醤油 塩
	おかか和え	糸けずり ちくわ	三温糖	キャベツ きゅうり もやし	みりん 薄口醤油
	魚の味噌幽庵焼き	ホキ 甘口白みそ(大豆)	三温糖		みりん 酒 醤油
6日 (火)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	ナーベラー麻婆	豆腐(大豆) 豚ひき肉 大豆 赤みそ(大豆)	三温糖 ごま油 でん粉 米油	へちま 玉ねぎ 人参 竹の子 長ねぎ 小松菜 椎茸 木くらげ 生姜 にんにく	豆板醤 コチジャン(大豆) オイスターソース(大豆) 醤油 塩
	春雨サラダ	ハム(豚肉、大豆、鶏肉) わかめ	春雨 白ごま 三温糖 ごま油	きゅうり 人参	醤油 酢(小麦)
	豚ぎょうざ	豚肉	小麦粉 でん粉	キャベツ 玉ねぎ 白菜 にんにく 小松菜	塩 醤油

7日 (水) リオパ ラリン ピック 応援献 立	牛乳	牛乳			
	コッペパン	脱脂粉乳	小麦粉 ショートニング(大豆) 砂糖		イースト 塩
	マッシュルームスープ	鶏肉 脱脂粉乳 生クリーム(乳)	小麦粉 マーガリン(乳、大豆、豚肉)	マッシュルーム コーン しめじ 玉ねぎ 人参 パセリ	塩 こしょう 鶏がら 豚骨
	フェイジョアアダ	金時豆 大豆 豚肉 ベーコン(豚肉、大豆)		玉ねぎ 人参 にんにく	白ワイン 塩 こしょう
	オムレツ	卵	植物油 でんぷん		だし汁(小麦、大豆) 塩
8日 (木) トーカ チ献立	牛乳	牛乳			
	赤飯	ささげ	米		塩
	イナムドゥチ	豚ロース カステラかまぼこ(卵、大豆) 甘口白みそ(大豆)		こんにゃく 椎茸 ねぎ 生姜 冬瓜	塩 かつお節 豚骨
	千切りイリチー	昆布 豚肉 チキアギ(大豆)	三温糖 米油	切干大根 こんにゃく 人参	醤油 みりん 酒 かつお節
	魚のから揚げ	ホキ	小麦粉 でん粉 大豆油		塩 こしょう ガーリックパウダー
果物			果物		
9日 (金)	牛乳	牛乳			
	スパゲッティーナポリタン	ベーコン(豚肉、大豆) 粉チーズ(乳)	スパゲティ(小麦) 米油	人参 玉ねぎ ピーマン マッシュルーム にんにく	ケチャップ ウスターソース(りんご、大豆) こしょう 塩 ポークブイオン(鶏肉、豚肉) トマトピューレ
	●ポテトサラダ(卵)	レッドキドニー	じゃがいも 三温糖 マヨネーズ(卵、大豆、りんご)	きゅうり 人参	薄口醤油 塩 こしょう
	くるま麩と鶏肉のナゲット	鶏肉	くるま麩(小麦) なたね油	にんにく	醤油 塩 こしょう
	牛乳	牛乳			
12日 (月)	《ビビンバ》 ・麦ごはん		米 麦		
	・肉みそ	牛ひき肉 豚ひき肉 大豆 赤みそ(大豆)	三温糖 ごま油 米油	木くらげ 生姜 にんにく	醤油 豆板醤 塩 みりん
	・ナムル		白ごま ごま油 三温糖	もやし 小松菜 人参	塩 醤油 酢
	コーンスープ	絹ごし豆腐(大豆)	でん粉	コーン チンゲン菜 椎茸 長ねぎ	塩 薄口醤油 鶏がら
	牛乳	牛乳			
13日 (火)	《中身そば》 ・沖縄そば		小麦粉 植物性油脂(大豆)		食塩 かん水
	・中身汁	豚中身 豚ロース		椎茸 こんにゃく ねぎ 生姜	塩 醤油 豚骨 かつお節
	パパイヤイリチー	厚揚げ(大豆) ツナ	米油	パパイヤ 小松菜 人参	薄口醤油 塩
	グルクンのシークワァーサーがけ	グルクン	小麦粉 三温糖 大豆油 でん粉	シークワァーサー レモン	りんご酢 酢
	果物			果物	
14日 (水)	牛乳	牛乳			
	胚芽あみパン	脱脂粉乳	小麦粉 砂糖 胚芽 ショートニング(大豆)		イースト 塩
	カレークリームスープ	鶏肉 生クリーム(乳) 脱脂粉乳	小麦粉 マーガリン(乳、大豆、豚肉) じゃがいも	かぼちゃ 人参 玉ねぎ 小松菜 マッシュルーム	塩 こしょう カレー粉 カレールー(小麦、大豆、鶏肉、牛肉) 白ワイン 鶏がら
	●ごぼうサラダ(卵)	ハム(豚肉、大豆、鶏肉)	白ごま 三温糖 マヨネーズ(卵、大豆、りんご)	ごぼう 人参 きゅうり	醤油 りんご酢
	魚のバジル焼き	ホキ		バジル	塩 こしょう

15日 (木) 十五夜 献立	牛乳	牛乳			
	炊き込みご飯	油揚げ(大豆) 鶏肉 チキアギ(大豆)	米 麦 白ごま 米油	わらび ぜんまい 竹の子 ふき 木くらげ えのき 人参 ごぼう	醤油 塩 酒 かつお節
	お月見団子の フルーツ和え		もち粉 でん粉	パイナップル缶 みかん缶 もも缶 シークワーサー	
	千草焼き	卵 鶏肉 チーズ(乳)	大豆油 砂糖	ほうれん草 椎茸 人参 玉ねぎ	醤油 塩
16日 (金)	牛乳	牛乳			
	あわごはん		米 あわ		
	大根の煮つけ	鶏肉 厚揚げ(大豆) チキアギ(大豆) 昆布	三温糖 米油	大根 人参 こんにやく 椎茸 いんげん	かつお節 醤油 みりん 酒 塩
	ゴーヤーの和え物	ツナ	白ごま ごま油 三温糖	ゴーヤー きゅうり 人参 もやし	醤油 特濃酢(小麦)
さばの竜田揚げ	さば	でん粉 小麦粉 大豆油	生姜	酒 醤油 みりん	
19日 (月)	敬老の日				
20日 (火) 山内小 室川小 島袋小 宮里小 運動会 振替休	牛乳	牛乳			
	クファジュシー	ひじき 油揚げ(大豆) 豚肉 チキアギ(大豆)	米 麦 米油	ごぼう 人参 竹の子 ねぎ 椎茸	醤油 酒 塩 かつお節 ポークブイヨン(豚肉、鶏肉)
	野菜チャンプルー	豚肉 豆腐(大豆)	米油	キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし には	醤油 塩
	黒糖アガラサー	牛乳	強力粉(小麦) 黒糖		重曹 ベーキングパウダー
21日 (水)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	筑前煮	鶏肉 大豆 ちくわ	ごま油 米油 三温糖 さといも	青豆(大豆) 人参 ごぼう こんにやく れんこん 竹の子 椎茸 絹さや	醤油 みりん 塩 かつお節
	●しらすと野菜のごま 酢和え(えび・かに)	しらすぼし(えび、かに)	三温糖 白ごま	キャベツ 小松菜 人参	酢 醤油 塩
さんまの梅みそ焼き	さんま 甘口白みそ(大豆)	三温糖		みりん 梅肉(りんご、大豆) 塩	
22日 (木)	秋分の日				
23日 (金) 山内中 コザ中 安慶田 中 地区陸 上大会	牛乳	牛乳			
	あわごはん		米 あわ		
	チムシンジ	豚レバー 豚ロース 赤・白みそ(大豆)	じゃがいも	人参 には 大根 にんにく	豚骨 かつお節 塩
	クーブイリチー	昆布 豚肉 チキアギ(大豆)	三温糖 米油	人参 竹の子	塩 醤油 かつお節 酒
	紅芋かりんとう		紅芋 三温糖 水あめ 黒糖 大豆油		
果物			果物		
26日 (月) 中の町 小 安慶田 小 運動会 振替休	牛乳	牛乳			
	秋の香りごはん	鶏肉 油揚げ(大豆)	米 麦 米油	人参 椎茸 しめじ ねぎ くり 青豆(大豆)	醤油 みりん 塩 酒 かつお節
	●青菜のごま和え(え び、かに)	しらすぼし(えび、かに)	三温糖 白ねりごま 白ご ま	小松菜 きゅうり もやし 人参	醤油 酢 塩
	鮭のみみじ焼き	鮭 白みそ(大豆)	マヨネーズ(卵、大豆、りん ご)	人参 マッシュルーム 玉ねぎ	塩 こしょう
バナナ			バナナ		

27日 (火) 中の町 小 運動会 振替休	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	じゃがいもキムチ	豚肉	じゃがいも 三温糖 米油	糸こんにやく 玉ねぎ には 人参 椎茸	みりん 醤油 酒 かつお節 白菜キムチ(大豆)
	パンパンジーサラダ	鶏ささみ 赤みそ(大豆)	三温糖 白ごま ごま油 白ねりごま	キャベツ きゅうり 人参 もやし	醤油 酢
	ひじき焼売	豚肉 ひじき 鶏肉	小麦粉 でん粉 砂糖	玉ねぎ キャベツ 椎茸 生姜	醤油 こしょう 塩
28日 (水)	牛乳	牛乳			
	なかよしパン	脱脂粉乳	小麦粉 砂糖 ショートニン グ(大豆)		イースト 塩
	ヌードルスープ	鶏肉	スパゲティ(小麦)	玉ねぎ キャベツ 人参 パセリ セロリ マッシュ ルーム	塩 こしょう 鶏がら
	島野菜の キーマカレー	豚ひき肉 牛ひき肉 大豆	米油	玉ねぎ 冬瓜 パパイア セロリ 生姜 にんにく ピーマン トマト	赤ワイン 塩 カレールウ(小麦、 大豆、鶏肉、牛肉)ウスターソー ス(りんご、大豆)カレー粉 チャ ツネ(りんご)
	枝豆オムレツ	卵	でんぷん 植物油	枝豆(大豆)	だし汁(小麦、大豆) 塩
29日 (木)	牛乳	牛乳			
	あわごはん		米 あわ		
	豚汁	豚肉 豆腐(大豆) 合わせみそ(大豆) 油あげ(大豆)	さといも	人参 大根 長ねぎ 椎 茸 こんにやく	かつお節 豚骨
	ゆかり和え	糸けずり	三温糖	キャベツ きゅうり もや し 赤しそ	塩 酢
	焼きししやも	ししやも			塩 こしょう 酒
30日 (金)	牛乳	牛乳			
	和風まきの スパゲティ	ベーコン(豚肉、大豆)	スパゲティ(小麦) 米油	エリンギ しめじ 玉ね ぎ 人参 小松菜 にん にく	酒 塩 薄口醤油 ポークブイ ヨン(豚肉、鶏肉)こしょう
	キャベツのソテー	ハム(豚肉、大豆、鶏肉)	マーガリン(乳、大豆、豚 肉)	キャベツ いんげん 人 参	塩 醤油 こしょう
	チキンのトマトソー スがけ	鶏肉	三温糖 でん粉	トマト	赤ワイン ケチャップ トマトソー ス(大豆) ウスターソース(りん ご、大豆) 醤油 塩 こしょう
	果物			果物	

9月給食だより



昔から、秋は月がきれいに見える季節といわれ、十五夜と十三夜の2回、お月見の行事が行われてきました。お月見といえば、月見団子が欠かせません。丸いお団子を、十五夜には15個、十三夜には13個お供えしますが、地域によっても異なります。関西地方などでは、先をとがらせ里いものような形にしたお団子、静岡の一部では、平らにして真ん中にくぼみを付けた「ヘソモチ」をお供えするそうです。