

平成28年度 7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  
第一調理場  
TEL:098-929-4776

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 (金) 室川小 5年生 欠食	牛乳	牛乳			
	胚芽あみパン	脱脂粉乳	小麦粉 さとう 胚芽 ショートニング(だいず)		イースト 塩
	ライスチャウダー	ベーコン(ぶた肉・だいず) 脱脂粉乳 生クリーム(乳)	麦 じゃがいも 小麦粉 マーガリン(乳・だいず・ぶた肉) 米油	玉ねぎ にんじん セロリ パセリ コーン しめじ	塩 こしょう ぶた骨 とりがら
	チリコンカン	金時豆 豚ひき肉 牛ひき肉 だいず	米油	にんにく 玉ねぎ にんじん ピーマン	ケチャップ チリパウダー トマトソース(だいず) ウスターソース(りんご・だいず) チリミックス(小麦・乳・ぶた肉) タバスコ 塩 こしょう
	ほうれん草オムレツ	卵	でんぶん 植物油	ほうれん草	だし汁(小麦・だいず) 塩
4日 (月) 山内中 欠食	牛乳	牛乳			
	あわごはん		米 あわ		
	肉じゃが	ぶた肉	じゃがいも 三温糖 米油	しょうが 玉ねぎ にんじん ささげ こんにやく しいたけ	しょうゆ(小麦・だいず) みりん 酒 かつお節 塩
	ひじきの和え物	ひじき ツナ チーズ(乳)	三温糖 米油	にんじん キャベツ きゅうり	しょうゆ 酢(小麦) 塩 こしょう
	小魚とくるみの甘がらめ	カエリ(エビ・カニ)	アーモンド くるみ 白ごま 三温糖 水あめ		しょうゆ
5日 (火) 安慶田中 2年生 欠食	牛乳	牛乳			
	《ジャージャー麺》				
	中華麺		小麦粉 植物油(だいず)		塩 かん水
	肉みそ	ぶたひき肉 だいず 赤みそ(だいず) 甜麺醬(小麦・だいず・ごま)	米油 三温糖 ごま油 でん粉	玉ねぎ 竹の子 しいたけ 長ねぎ しょうが にんにく	豆板醬 しょうゆ かつお節
	野菜の和え物		三温糖	きゅうり もやし にんじん	塩 しょうゆ
	白菜の中華スープ	ベーコン(ぶた肉・だいず) 絹ごしとうふ(だいず)	でん粉	白菜 小松菜 にんじん えのき茸 木くらげ	しょうゆ みりん 塩 薄口しょうゆ(小麦・だいず) かつお節 とりがら
	くだもの			くだもの	

6日 (水) 安慶田中 2年生 欠食	牛乳	牛乳			
	紅いもごはん	とり肉 油あげ(だいず)	米 麦 紅いも 米油	にんじん しめじ 大根葉	しょうゆ 薄口しょうゆ 酒 みりん 塩 かつお節
	いい菜のきんぴら	ぶた肉	白ごま 三温糖 米油 ごま油	ぐしちゆんいい菜 ごぼう にんじん こんにやく	しょうゆ みりん 酒 七味唐辛子(ごま)
	セイイカ入りチキアギ	エソ スケソウダラ イカ	なたね油 だいず油 さとう でん粉		塩
	バナナ		バナナ		
7日 (木) ☆セタ 安慶田中 2年生 欠食	牛乳	牛乳			
	ちらしずし		米 さとう	にんじん 竹の子 れんこん しいたけ かんぴょう	酢 しょうゆ 塩 みりん チキンエキス
	セタそうめん汁	イトヨリタイ もずく 卵	さとう でん粉 水あめ	にんじん オクラ	みりん 薄口しょうゆ 塩 かつお節
	●五色和え(エビ、カニ)	しらすぼし(エビ・カニ) のり	三温糖 白ごま	小松菜 キャベツ にんじん もやし コーン	しょうゆ
	さばのみそ焼き	さば 赤・白みそ(だいず)	三温糖	しょうが	みりん
8日 (金)	牛乳	牛乳			
	揚げパン	きな粉(だいず) 脱脂粉乳	小麦粉 だいず油 ショートニング(だいず) アーモンド 黒糖 三温糖		イースト 塩
	島野菜のミネストローネ	牛肉 レッドキドニー 白いんげん豆	マカロニ(小麦)	パパイア 冬瓜 玉ねぎ にんじん セロリ なす トマト	赤ワイン トマトペースト 塩 ケチャップ こしょう とりがら ウスターソース(りんご・だいず)
	スクランブルエッグ	卵 チーズ(乳) ハム(ぶた肉・だいず・とり肉)	米油 マーガリン(乳・だいず・ぶた肉)	にんじん コーン 小松菜	塩 こしょう 酢
11日 (月) 山内中 欠食	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	豚キムチ豆腐	ぶた肉 厚あげ(だいず)	三温糖 米油	白菜 玉ねぎ にんじん こんにやく しいたけ 白菜キムチ(小麦・りんご・だいず・さば)	かつお節 しょうゆ みりん 酒
	●タコの山菜和え(タコ)	タコ	三温糖 ごま油 白ごま	わらび ぜんまい 竹の子 ぶき 木くらげ えのき茸 きゅうり にんじん	酢 しょうゆ 塩
	くだもの		くだもの		
12日 (火)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	夏野菜カレー	とり肉 だいず 脱脂粉乳	じゃがいも 米油 小麦粉 マーガリン(乳・ぶた肉・だいず)	セロリ にんじん 玉ねぎ ピーマン なす かぼちゃ にんにく りんご	ぶた骨 とりがら カレー粉 ウスターソース(りんご・だいず) デミグラスソース(小麦・乳・牛肉・とり肉・ぶた肉・だいず) カレールウ(小麦・だいず・牛肉・とり肉) チャツネ(りんご) 赤ワイン ケチャップ 塩
	モーウイの甘酢和え		三温糖	赤うり きゅうり にんじん 切干大根 シークワサー	特濃酢(小麦)
	ゆで卵	卵			
13日 (水) 鳥袋小 5年生 欠食	牛乳	牛乳			
	深川めし	あさり とり肉 油あげ(だいず) ひじき	米 麦 米油	竹の子 にんじん ねぎ しいたけ	薄口しょうゆ 塩 みりん 酒 かつお節 ポークブイヨン(とり肉・ぶた肉)
	五目煮	ぶた肉 こんぶ チキアギ(だいず)	三温糖 ごま油	大根 にんじん れんこん ごぼう いんげん こんにやく	かつお節 しょうゆ みりん 酒 塩
	さんまのごま焼き	さんま	三温糖 白・黒ごま	しょうが	しょうゆ みりん 酒
	くだもの		くだもの		

平成28年度 8月学校給食予定献立(アレルギー詳細)献立表

14日 (木) 鳥袋小 5年生 欠食	牛乳	牛乳							
	なすの ミートスパゲティ	牛ひき肉 ぶたひき肉 だいたず チーズ(乳)	スパゲティ(小麦) 米油	なす にんじん 玉ねぎ ピーマン マッシュルーム にんにく トマト	赤ワイン トマトピューレ ケチャップ 塩 こしょう ウスターソース(りんご・だいたず) デミグラスソース(小麦・乳・ 牛肉・とり肉・ぶた肉・だいたず)				
	●かぼちゃサラダ (卵)	レッドキドニー	マヨネーズ(卵・だいたず・ りんご) 三温糖	かぼちゃ きゅうり レーズン 青豆(だいたず)					
	鮭のムニエル	鮭	小麦粉 オリーブ油			しお こしょう 酒			
チーズ(中学生のみ)	チーズ(乳)								
15日 (金) 鳥袋小 5年生 中の町小 5年生 欠食	牛乳	牛乳							
	あわごはん		米 あわ						
	シカムドゥチ	ぶたロース肉 カステラかまぼこ (卵・だいたず)		冬瓜 こんにやく しいたけ ねぎ しょうが	しょうゆ みりん 塩 かつお節 ぶた骨				
	ナーベラー ンブシー	ぶた肉 とうふ(だいたず) 麦みそ(だいたず)	米油	へちま にんじん	みりん かつお節				
ウムクジアンダギー		紅いも もち粉 さとう だいたず油							
19日 (火) 中の町小 5年生 欠食	牛乳	牛乳							
	麦ごはん		米 麦						
	アーサ入りゆし豆腐	ゆし豆腐(だいたず) アーサ 赤・白みそ(だいたず)		ねぎ	塩 かつお節				
	ゴーヤーの卵とじ	ぶた肉 厚あげ(だいたず) 卵	米油	ゴーヤー にんじん	塩 しょうゆ				
わかさぎのから揚げ	わかさぎ	小麦粉 でん粉 だいたず油		塩 こしょう ガーリックパウダー					
20日 (水) ★1学期 前半終了	牛乳	牛乳							
	うっちゃんライス	とり肉	米 麦 マーガリン(乳・だいたず・ ぶた肉)	にんじん 玉ねぎ 大根葉 コーン マッシュルーム	うっちゃん粉 カレー粉 塩 酒 こしょう 薄口しょうゆ みりん ポークビヨン(とり肉・ぶた肉) かつお節				
	野菜ソテー	ベーコン(ぶた肉・だいたず)	マーガリン(乳・だいたず・ ぶた肉) 米油	キャベツ 小松菜 玉ねぎ にんじん しめじ	塩 こしょう				
	魚の花園焼き	ホキ チーズ(乳)	マヨネーズ(卵・だいたず・ りんご)	ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン	塩 こしょう				
シークワサーソルベ		さとう	シークワサー						
24日 (水) ★中学校 1学期 後半開始	牛乳	牛乳							
	ピザトースト	脱脂粉乳 チーズ(乳) ウィンナー(ぶた肉・ だいたず) ハム(ぶた肉・ だいたず・とり肉)				小麦粉 さとう ショートニング(だいたず) 米油	玉ねぎ ピーマン にんにく マッシュルーム	イースト ケチャップ トマトピューレ 塩 こしょう チリパウダー	
	カレークリームスープ	とり肉 生クリーム(乳) 脱脂粉乳				じゃがいも 小麦粉 マーガリン(乳・だいたず・ ぶた肉)	かぼちゃ にんじん 玉ねぎ 小松菜 しめじ	塩 こしょう カレー粉 白ワイン カレールウ(小麦・だいたず・ とり肉・牛肉) とりがら	
	ビーンズサラダ	ひよこ豆 レッドキドニー 白いんげん豆 ハム (ぶた肉・だいたず・とり肉)				三温糖 ごま油 黒ごま	キャベツ にんじん きゅうり コーン	しょうゆ(小麦・だいたず) 酢(小麦) りんご酢	
25日 (木)	牛乳	牛乳							
	《赤うりのそぼろ丼》 麦ごはん		米 麦						
	そぼろ丼の具	ぶたひき肉 だいたず				米油 でん粉	赤うり 玉ねぎ にんじん エリンギ コーン ねぎ	しょうゆ みりん 塩 かつお節	
	もずくのかき玉汁	もずく 卵 とり肉					大根葉 にんじん ねぎ えのき茸	かつお節 塩 薄口しょうゆ(小麦・だいたず)	
ゴーヤーチップス					小麦粉 でん粉 だいたず油	ゴーヤー	塩		
26日 (金)	牛乳	牛乳							
	シーフードスパゲティ	ベーコン(ぶた肉・だいたず) エビ イカ あさり				スパゲティ(小麦) 米油	にんじん 玉ねぎ 小松菜 マッシュルーム にんにく	白ワイン 塩 こしょう しょうゆ 一味唐辛子 ポークビヨン(とり肉・ぶた肉)	
	アスパラソテー	ハム (ぶた肉・だいたず・とり肉)				マーガリン(乳・だいたず・ ぶた肉) 米油	アスパラガス にんじん しめじ コーン	塩 こしょう	
	スコーン	卵 ヨーグルト(乳) 生クリーム(乳)				小麦粉 三温糖 マーガリン(乳・だいたず・ ぶた肉) チョコチップ(だいたず・乳)		ベーキングパウダー	
29日 (月)	牛乳	牛乳							
	あわごはん		米 あわ						
	冬瓜の煮つけ	とり肉 厚あげ(だいたず) こんにゃく チキアギ(だいたず)				三温糖 米油	冬瓜 にんじん 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	
	ごまみそ和え	甘口白みそ(だいたず)				白ごま 三温糖 ごま油 米油	小松菜 キャベツ きゅうり にんじん もやし	しょうゆ 酢	
くずもち					いもくずでん粉 黒糖 きな粉(だいたず)				
30日 (火) ★小学校 1学期 後半開始	牛乳	牛乳							
	麦ごはん		米 麦						
	ハヤシライス	牛肉				小麦粉 米油 マーガリン(乳・だいたず・ ぶた肉)	にんにく 玉ねぎ にんじん セロリ ピーマン トマト マッシュルーム りんご	ウスターソース(りんご・だいたず) 赤ワイン カレー粉 ケチャップ ハヤシルウ(小麦・だいたず・ 牛肉) 塩 とりがら	
	フルーツヨーグルト	ヨーグルト(乳)				三温糖	パイン缶 もも缶 みかん缶 パナナ		
プレーンオムレツ	卵				でんぷん 植物油		だし汁(小麦・だいたず) 塩		
31日 (水)	牛乳	牛乳							
	中華おこわ	ぶた肉 ひじき				米 もち米	しいたけ 長ねぎ にんじん 大根葉 にんにく しょうが	酒 しょうゆ 塩 かつお節 オイスターソース(だいたず) ポークビヨン(とり肉・ぶた肉)	
	チンゲン菜炒め	ハム(ぶた肉・だいたず・ とり肉) 厚あげ(だいたず)				ごま油 でん粉 米油	チンゲン菜 にんじん 玉ねぎ しめじ 竹の子 白菜 にんにく しょうが	塩 しょうゆ 酒 みりん	
	魚のチリソースかけ	ホキ				小麦粉 でん粉 ごま油 だいたず油 三温糖	にんにく しょうが 長ねぎ	ケチャップ 塩 酒 チリパウダー	
くだもの						くだもの			



7月給食だより



『じょうとーむん 使うよろこび県産品』

7月1日～31日の1か月間は県産品奨励月間です。私たちの住む地域の産業や産物について関心を深めることを目的に展開されています。沖縄県で作られるものを愛用して、沖縄の産業を発展させようという取り組みです。

給食では、日ごろから県産品を取り入れるように心がけています。地元でつくられる食材には、どんなものがあるでしょうか？ゴーヤー、へちま、モーウイ、もずく、紅芋・・・給食から県産品をさがしてみましよう！！

ちなみに11日(月)の肉じゃがには、市内の農家さんが無償で提供してくださるささげを使う予定です。感謝して食べてくださいね♪

～食と子どもの健康展

あそびにきてね



日時：平成27年7月9日(土) 10:00～17:00  
場所：イオン具志川店 セントラルホール



- ・学校給食に関する展示
- ・地場産物の展示
- ・学校給食用食材の紹介、試食
- ・こども栄養相談 など

