

平成28年度 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(和えもの・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
5日 (木) 2学期 後半開 始	牛乳	牛乳			
	黒米ごはん		米 もち黒米		
	中身汁	ぶた中身 ぶた肉		こんにゃく しいたけ しょうが	しょうゆ(小麦 だいたず) 塩 かつお節 ぶた骨
	千切りイリチー	こんぶ ちきあぎ(だいたず) 油あげ(だいたず) ぶた肉	だいたず油	角切り大根 にんじん こんにゃく	しょうゆ みりん 塩 酒 ぶた骨 かつお節
	ターナム 田芋のから揚げ		田芋 薄力粉(小麦) 三温糖 でんぶん だいたず油		みりん しょうゆ
6日 (金) ★七草 の日献 立	牛乳	牛乳			
	七草がゆ	ツナ	米 だいたず油	きゃべつ にんじん ほうれん草 山東菜 大根葉 かぶ しいたけ	薄口しょうゆ(小麦 だいたず) 塩 みりん かつお節 鶏がら
	柚子あえ	とりささみ	三温糖	白菜 こまつな 大根 にんじん ゆず シークワサー果汁	薄口しょうゆ 酢(小麦)
	ふかしもち		さつまいも		
10日 (火)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	じゃがいものうま煮	とり肉 厚あげ(だいたず)	じゃがいも だいたず油 三温糖	こんにゃく にんじん 玉ねぎ しめじ きぬさや	しょうゆ こしょう かつお節
	さばの甘酢がけ	さば 糸けずり節	でんぶん 三温糖	玉ねぎ にんじん 長ねぎ しょうが	しょうゆ 酢 みりん
	納豆みそ	納豆(だいたず) ツナ 麦みそ(だいたず)	三温糖 だいたず油	しょうが ねぎ	みりん
くだもの			くだもの		
11日 (水) ★鏡開き	牛乳	牛乳			
	あわごはん		米 あわ		
	お雑煮	とり肉 なんと(だいたず)	白玉団子	しいたけ 人参 大根 こまつな	だし昆布 かつお節 塩 薄口しょうゆ みりん
	白和え	とうふ(だいたず) ツナ 甘口白みそ(だいたず)	三温糖 白ごま	ほうれん草 にんじん こんにゃく	特濃酢(小麦)
	千草焼き	卵 とり肉 チーズ(乳)	なたね油 だいたず油 さとう	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

12日 (木)	牛乳	牛乳			
	チキンピラフ	とり肉	米 麦 マーガリン(乳、だいたず、ぶた肉) だいたず油	にんじん 玉ねぎ ピーマン 黄ピーマン	とりがら 白ワイン こしょう 塩
	●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 干しぶどう 青豆(だいたず)	塩 こしょう
13日 (金)	魚のコーンチーズ焼き	ホキ チーズ(乳)	パン粉(小麦 だいたず)	コーン	塩 こしょう 酒
	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	石狩汁	鮭 とうふ(だいたず) 白みそ(だいたず)	じゃがいも	大根 にんじん 白菜 長ねぎ	かつお節
16日 (月) 越冬小 欠食	●春菊とあさりの磯和え(えび・かに)	のり あさり しらすぼし(えび・かに)	三温糖 ごま	春菊 きゃべつ もやし コーン にんじん	しょうゆ
	安倍川いも	きな粉(だいたず)	さつまいも だいたず油 アーモンド 三温糖		
	炊き込みおこわ	とり肉 ひじき	米 もち米 白ごま だいたず油	木くらげ 人参 わらび ぜんまい たけのこ ふき えのき茸 しいたけ	しょうゆ 塩 みりん 酒 かつお節
17日 (火) 越冬中 1年生 欠食	ごぼう炒め	ぶた肉	白ごま 三温糖 だいたず油 ごま油	ごぼう 玉ねぎ いんげん 人参 こんにゃく 生姜	みりん しょうゆ かつお節 酒
	魚の人参ソース焼き	鮭 白みそ(だいたず)	マヨネーズ(卵、だいたず、りんご)	にんじん 玉ねぎ マッシュルーム	塩 こしょう
	牛乳	牛乳			
	コッペパン	脱脂粉乳	中力粉(小麦) さとう ショートニング(だいたず)		イースト 塩
18日 (水) 越冬中 1年生 欠食	白菜のクリーム煮	とり肉 脱脂粉乳(乳)	じゃがいも マカロニ(小麦) 薄力粉(小麦) マーガリン (乳、だいたず、ぶた肉) だいたず油	にんじん 玉ねぎ 白菜 しめじ パセリ	塩 こしょう とりがら
	●ごまサラダ(卵)	ツナ 卵	三温糖 ごま油	きゃべつ ほうれん草 にんじん きゅうり	薄口しょうゆ 塩
	チキンのマーマレード焼き	とり肉	マーマレード		薄口しょうゆ 酒 みりん
19日 (木) 越冬中 1年生 欠食	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	すきやき	牛肉 とうふ(だいたず)	三温糖 だいたず油	にんにく にんじん 白菜 しいたけ ほうれん草 こんにゃく 長ねぎ	しょうゆ みりん 塩 酒 かつお節
	わかさぎのから揚げ	わかさぎ	だいたず油 薄力粉(小麦) でんぶん		塩 こしょう ガーリックパウダー
	大根葉としらすのふりかけ	しらすぼし(えび・かに) 糸けずり節	白ごま ごま油	大根葉	みりん しょうゆ 酒
19日 (木) 越冬中 1年生 欠食	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	カレー	とり肉 脱脂粉乳 だいたず	じゃがいも 薄力粉(小麦) だいたず油 マーガリン(乳、だいたず、 ぶた肉)	セロリー 人参 玉ねぎ ピーマン かぼちゃ なす にんにく りんご	ウスターソース(だいたず りんご) カレー粉 カレールー(小麦、とり肉、 牛肉、だいたず) 赤ワイン ケチャップ デミグラスソース(小麦、乳、牛 肉、鶏肉、ぶた肉、だいたず) 塩 チャツネ(りんご) とりがら ぶた骨
	ゆで卵	卵			
	ゆかり漬け	糸けずり節	さとう	きゅうり きゃべつ 赤しそ	特濃酢 塩

20日 (金)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	とうふとえびの旨煮	厚あげ(だいず) えび ぶた肉	でんぷん だいず油	しいたけ 木くらげ たけのこ にんじん いんげん 小松菜 生姜 にんにく しめじ	しょうゆ みりん 中華の素(だい ず、小麦、乳、牛肉、ぶた肉、とり 肉) オイスターソース(だいず) とりがら 塩 酒 かつお節
	ばんばんじー 棒棒鶏サラダ	とりささ身 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 大根	しょうゆ 酢
くだもの			くだもの		
23日 (月) 美原小 越来中 美里中 欠食 美里 小 試食会	牛乳	牛乳			
	赤飯	ささげ	米		塩
	イナムドウチ	ぶた肉 甘口白みそ(だいず) カステラかまぼこ(卵 だいず)		こんにゃく しいたけ 大根 ねぎ	塩 かつお節 ぶた骨
	スープ 昆布イリチー	こんぶ ぶた肉 かまぼこ(だいず)	だいず油	切干し大根 にんじん	ぶた骨 かつお節 塩 みりん しょうゆ
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	
24日 (火) 美原小 欠食 北美 幼 体験給 食 ★全国学 校給食週 間(～30 日)	牛乳	牛乳			
	フーチバージュシー	ぶた肉 油あげ(だいず) チキアギ(だいず)	米 だいず油	にんじん しいたけ よもぎ	かつお節 ぶた骨 薄口しょうゆ 塩 酒
	ミミガーさしみ	ぶたミミガー 甘口白みそ(大豆)	白ごま 三温糖	きゅうり もやし 大根 にんじん	みりん 酢
	さばの塩焼き	さば			塩 こしょう 酒
ブルーン 《中学校のみ》		植物油	ブルーン		
25日 (水)	牛乳	牛乳			
	揚げパン	脱脂粉乳 きな粉(だいず)	中力粉(小麦) さとう ショートニング(だいず) だいず油 アーモンド 黒糖 三温糖		イースト 塩
	ポークビーンズ	ぶた肉 ウィナー(豚) だいず	じゃがいも 三温糖 豚脂 でんぷん だいず油 小麦粉	にんじん 玉ねぎ セロリー トマト マッシュルーム ピーマン	ケチャップ 塩 こしょう
	●とうふサラダ(卵)	とうふ(だいず) ツナ	三温糖 マヨネーズ(卵、 だいず、りんご)	きゅうり にんじん 大根 チンゲン菜	塩 こしょう
26日 (木)	牛乳	牛乳			
	あわごはん		米 あわ		
	おでん	ティピチ こんぶ 厚あげ(だいず) チキアギ(だいず)	じゃがいも 三温糖 だいず油	大根 にんじん こんにゃく いんげん	かつお節 しょうゆ みりん 塩 酒
	パパイヤとツナの アーサ酢あえ	ツナ アーサ	三温糖	パパイヤ きゅうり にんじん	塩 特濃酢 薄口しょうゆ
ミヌダル	ぶたロース	黒ゴマ 三温糖		しょうゆ みりん 酒	

27日 (金)	牛乳	牛乳			
	《野菜そば》				
	・沖縄そば		小麦粉 植物油脂(だいず)		塩 かん水
	・野菜そば汁	ぶた肉 チキアギ(だい ず)		しいたけ にんじん もやし きやべつ しょうが	しょうゆ 薄口しょうゆ 塩 かつお節 みりん 酒 ぶた骨
おからイリチー	おから(だいず) ひじき ツナ ぶたひき肉	だいず油	にんじん もやし 大根葉 木くらげ こんにゃく	かつお節 塩 こしょう 薄口しょうゆ カレー粉	
紅いもかりんとう		紅いも 三温糖 水あめ だいず油			
30日 (月)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		麦 米		
	麻婆大根	とうふ(だいず) だいず 甜麺醤(小麦 だいず ごま) 赤みそ(だいず) ぶたひき肉	三温糖 ごま油 でんぷん だいず油	大根 玉ねぎ にんじん たけのこ 長ねぎ いら 木くらげ しいたけ しょうが にんにく	豆板醤 しょうゆ オイスターソース(だいず)
	中華和え	ハム(ぶた肉 だいず と り肉)	春雨 白ごま ごま油 三温糖	木くらげ 人参 わらび ふき ぜんまい たけのこ えのき茸 きゅうり シークワサー	薄口しょうゆ 塩
もずくぎょうざ	もずく ぶた肉	小麦粉 でんぷん	きやべつ 玉ねぎ 白菜 にんにく しょうが	塩 しょうゆ	
31日 (火)	牛乳	牛乳			
	コッペパン	脱脂粉乳	中力粉(小麦) さとう ショートニング(だいず)		イースト 塩
	カレー クリームスープ	あさり 生クリーム(乳) 脱脂粉乳 とり肉	薄力粉(小麦) だいず油 じゃがいも マーガリン (乳、だいず、ぶた肉)	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 ルー(小麦、とり肉、牛肉、だい ず) 白ワイン とりがら
	牛肉と野菜のソテー	牛肉	だいず油 マーガリン (乳、だいず、ぶた肉)	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
オムレツ	卵	でんぷん 植物油脂(小麦 だいず)		塩	

1月24日～30日 全国学校給食週

明治22年、山形県の小学校で家が貧しくてお弁当を持ってくることの出来ない子ども達へ昼食を出したのが、学校給食の始まりとされています。その後、学校給食の取り組みは全国へと広がりましたが、昭和16年に太平洋戦争が起こり、徐々に食糧不足となり実施することができなくなっていきました。

戦後、子ども達の栄養状態の悪化が心配されてことから、学校給食の必要性が叫ばれるようになり、アメリカの民間団体(ララ)から贈られた物資で給食を再開することになりました。昭和21年12月24日、東京、神奈川、千葉の三都県の学校で試験的に学校給食を再開することになり、給食物資の贈呈式が行われたことから、この日を『学校給食感謝の日』とし、冬休みと重なるため、1か月後の1月24日～30日が『全国学校給食週間』となりました。

給食センターでは23日(月)～27日(金)の1週間を給食週間とし、昭和40年代頃から登場した揚げパン(今でも人気献立の一つです。)や沖縄県の郷土料理が給食に登場します。給食があることに感謝して、いただきましょう。

