

平成28年度4月 学校給食予定(アレルギー詳細)献立表 (一年生用)

沖縄市立学校給食センター
第二調理場
TEL:098-937-2700

入学おめでとうございます。新一年生は4月15日(金)までは補食給食で、18(月)から完全給食になります。

●食材、その他の都合により、材料や献立の変更をすることがあります。

●醤油は(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(小麦・大豆)、(小麦)と表示しています。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。

曜日	献立名	赤の食品 (主に体を作る)	黄の食品 (主にエネルギーになる)	緑の食品 (主に体の調子を整える)	調味料
8日 (金) 入学式	かるかん(紅芋)	卵白 牛乳	うるち米 紅芋 山芋 砂糖		食塩
	牛乳	牛乳			
11日 (月)	なかよしパン	脱脂粉乳(乳)	小麦粉 砂糖 ショートニング(大豆)		イースト 食塩
	ブルーベリージャム		水あめ 砂糖	ブルーベリー いちご	
12日 (火)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
13日 (水)	しそ味ひじき	ひじき	砂糖 植物油 水あめ	しその実	醤油(小麦・大豆) 塩
	プチトマト	プチトマト		プチトマト	
13日 (水)	牛乳	牛乳			
	やきいも		さつまいも		
14日 (木)	チーズ入りちくわの磯辺揚げ	チーズ入りちくわ(乳) 卵 青のり	小麦粉 大豆油		塩
	もずくの酢の物	もずく	三温糖	しょうが シークワーサー	かつお節 醤油 酢(小麦) みりん
14日 (木)	牛乳	牛乳			
	もちきびごはん		米 もちきび		
14日 (木)	魚の黄金焼き	ホキ チーズ(乳)	パン粉(小麦粉・大豆)	クリームコーン	塩 こしょう
	ふりかけ	かつお削り節 昆布	砂糖 植物油 脂	広島菜 京菜 大根葉 かぼちゃ 赤しそ 人参 でこぼん	みりん 塩
14日 (木)	くだもの				
	牛乳	牛乳			
15日 (金)	麦ごはん		米 麦		
	納豆みそ	納豆(大豆) 麦みそ(大豆)	大豆油 三温糖	ねぎ	酒
15日 (金)	のり	のり			
	フルーツ白玉		もち米粉 でんぷん	ミックスフルーツ(佐語:黄桃(もも)・洋梨・ぶどう・パイナップル・チェリー・砂糖) オレンジジュース	
18日 (月)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
18日 (月)	魚の人参ソース焼き	ホキ 白みそ(大豆)	マヨネーズ(卵・大豆・りんご)	人参	
	ピーマンソテー	無添加ウインナー(豚肉・大豆)	大豆油	ピーマン 赤ピーマン コーン キャベツ	醤油 塩 こしょう
18日 (月)	豆と穀物のスープ	ガルバンゾー えんどう 大豆 レンズ豆 あずき 無添加ベーコン(豚肉・大豆)	玄米 赤米 黒米 もち麦 押麦 大豆油	玉葱 人参 セロリ パセリ	鶏骨 醤油 塩 こしょう
	牛乳	牛乳			
19日 (火)	ごはん		米		
	マーボー豆腐	豚ひき肉 豆腐(大豆) 赤みそ(大豆)	ごま油(ごま・大豆) でんぷん 大豆油	玉葱 人参 たけのこ たら さくらげ しいたけ にんにく	甜麺醤(小麦・大豆・ごま) 豚骨 豆板醤(大豆)
19日 (火)	ごぼうとナッツの蜜がらめ		アーモンド ごま 小麦粉 大豆油 三温糖 水あめ	ごぼう	醤油
	くだもの			黄桃(もも)	

20日 (水)	牛乳 麦ごはん 鶏肉の照焼き 切り干し大根炒め もずくのすまし汁 くだもの	牛乳 鶏肉 ちきあぎ 糸けすり もずく 豆腐(大豆) 卵	米 三温糖 はちみつ 三温糖 大豆油	にんにく 切り干し大根 人参 からし菜 えのき茸 人参 ねぎ 清見みかん	醤油 みりん 酒 塩 醤油 塩 かつお節 だし昆布 醤油 塩
21日 (木)	牛乳 クファージュシー スルルーグワワーの から揚げ 酢みそ和え タンナフアクル	牛乳 豚肉 大豆 昆布 ちきあぎ きびなご わかめ 甘口白みそ(大豆) 卵	米 麦 大豆油 小麦粉 でん粉 大豆油 三温糖 小麦粉 黒糖	ごぼう 人参 ねぎ しいたけ 小松菜 もやし 大根 人参 きゅうり	かつお節 醤油 酒 塩 塩 こしょう ガーリックパウダー 酢 塩 ベーキングパウダー
22日 (金)	牛乳 コッペパン 鮭のみそマヨ焼き パンブキンスープ ブロッコリーとしめじの ソテー くだもの	牛乳 脱脂粉乳(乳) 鮭 赤・白みそ(大豆) 白いんげん豆 生クリーム(乳) 鶏肉 無添加ウインナー(豚肉・大豆)	小麦粉 砂糖 ショートニング(大豆) マヨネーズ(卵・大豆・りんご) 三温糖 マーガリン(乳・大豆・豚肉) 小麦粉 じゃがいも 大豆油	かぼちゃ 玉葱 セロリ パセリ ブロッコリー しめじ 人参 ニューサマー	鶏骨 塩 こしょう 醤油 塩 こしょう
25日 (月)	牛乳 麦ごはん ビーフカレー ゆでたまご 大根ピクルス	牛乳 牛肉 卵	米 麦 じゃがいも 小麦粉 大豆油 マーガリン(乳・大豆・豚肉) ごま 砂糖	人参 玉葱 ビーマン セロリ かぼちゃ しょうが にんにく 大根 ピクルス べつたら漬	豚骨 チャツネ(りんご) カレー粉 カレーパウ(小麦・大豆・鶏肉・ 牛肉) ウスターソース(りんご・ 大豆) 塩 酢 塩
26日 (火)	牛乳 もちきびごはん さんまの梅煮 からし菜炒め もやしのみそ汁 アーモンド	牛乳 さんま 昆布 ちきあぎ 豆腐(大豆) ツナ 油揚げ(大豆) 赤・麦みそ(大豆)	米 もちきび 砂糖 大豆油 アーモンド 植物油脂	梅肉 からし菜 人参 キャベツ もやし 人参 ねぎ	醤油 醤油 塩 かつお節 塩
27日 (水)	牛乳 梅ごはん 豚肉の生姜焼き 磯和え くだもの	牛乳 豚肉 昆布 豚肉 のり	米 大豆油 ごま 三温糖 ごま 三温糖	大根 人参 ねぎ かりかり梅 しょうが チンゲン菜 白菜 きゅうり 人参 清見みかん	かつお節 醤油 みりん 酒 塩 醤油 みりん 酒 醤油 酢
28日 (木)	牛乳 中身そば 芋天ぷら ふだん草のごま和え	牛乳 豚中身 豚肉 卵	沖縄そば麺(小麦) さつまいも 小麦粉 大豆油 すりごま ねりごま 三温糖 ごま油(ごま・大豆)	しいたけ ねぎ ふだん草 きゅうり 人参	豚骨 かつお節 醤油 塩 塩 酢 塩

【食物アレルギーに関することについて】

・アレルギー表示義務食品と表示推奨食品あわせて、以下の27品目を表示しています。

卵・乳・小麦・えび・かに・落花生・そば・あわび・いか・いくら・オレンジ・くるみ・さば・さけ・キウイ・牛肉・豚肉・鶏肉・大豆・ごま・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン・バナナ・カシューナッツ

・上記27食品以外にも、ちりめんとかエリはえびやかにかが混ざる漁法で採取していることから表示します。(除去食の対象になります)

・食物アレルギー除去の料理が提供される場合は、献立名の前に●印が付き、献立名の後ろにアレルギー名が表示されます。

例：●パイヤサラダ(卵)

・加工食品は、原材料を分解したのではなく、アレルギーのみを表示しています。

平成28年度 4月 学校給食予定(アレルギー-詳細)献立表

(小学二年级生～中学三年生用)

沖縄市立学校給食センター
第二調理場
TEL:098-937-2700

●食材、その他の都合により、材料や献立の変更をすることがあります。

●醤油は(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(小麦・大豆)、(小麦)と表示しています。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。

曜日	献立名	赤の食品 (主に体を作る)	黄の食品 (主にエネルギーになる)	緑の食品 (主に体の調子を整える)	調味料
8日 (金)	牛乳	牛乳	米 黒米		
	黒米ごはん			こんにやく しいたけ	豚骨 かつお節 塩
	イナムドゥチ	豚肉 かまぼこ 甘口白みそ(大豆)		切干し大根 こんにやく	かつお節 醤油(小麦・大豆) みりん 酒 塩
	千切りイリチー	こんぶ 豚肉 ちきあげ	大豆油 三温糖	小松菜 もやし きゅうり 人参	醤油 酢(小麦)
	小松菜ともやしの ごま和え		すりごま ねりごま 三温糖 ごま油(ごま・大豆)		
11日 (月)	かるかん(紅芋)		紅芋かるかん(卵・乳・やまいも)		
	牛乳	牛乳	小麦粉 砂糖 ヨートニング(大豆)		イースト 食塩
	なかよしパン	脱脂粉乳(乳) 鶏肉 牛乳 レッドキドニー ガルバンソ マローファットピース ホワイトルウ(小麦・乳・大豆・鶏 肉・牛肉) 生クリーム(乳)	じゃがいも 小麦粉 バター(乳) 大豆油	玉葱 人参 アスパラガス	鶏骨 塩 こしょう
	ピーンズンシチュー				
	ほうれん草オムレツ	ほうれん草オムレツ(卵・小麦・ 大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)	ごま オリーブオイル 三温糖	糸寒天 キャベツ きゅうり 黄ピーマン ブルーーン	醤油 酢
12日 (火)	糸寒天サラダ	ささみ(鶏肉)			
	ブルーーン				
	牛乳	牛乳	米 麦		
	麦ごはん	さば		ねぎ	塩
	さばの塩焼き	ゆし豆腐(大豆) アーサ	大豆油	キャベツ 人参 玉葱 ピーマン にら もやし	かつお節 醤油 塩
13日 (水)	アーサ入りゆし豆腐	豚肉			
	野菜炒め				
	ナッツと小魚	カタクチイワシ	アーモンド かぼちゃの種 植物油 ごま 砂糖		醤油 塩
	牛乳	牛乳			塩 麦芽糖
	高菜ごはん	油揚げ(大豆) 鶏肉 チリメン(えび・かに)	米 麦 米サラダ油 大豆油 ごま	高菜漬(大豆・小麦) 人参	かつお節 醤油 酒 塩
14日 (木)	チーズ入りくわの 磯辺揚げ	チーズ入りくわ(乳) 卵 青のり	小麦粉 大豆油		
	ほうれん草と白菜の おかか和え	ツナ 糸けずり	ごま 三温糖	白菜 ほうれん草 人参	醤油 酢
	もずくの酢の物	もずく	三温糖	しょうが シークワーサー	かつお節 醤油 酢 みりん
	牛乳	牛乳			
	もちきびごはん	ホキ チーズ(乳)	米 もちきび	クリームコーン	
15日 (金)	魚の黄金焼き	大豆 昆布 鶏肉	大豆油 三温糖	大根 人参 こんにやく しいたけ しょうが	塩 こしょう 醤油 みりん 酒 塩
	五日煮	赤・麦みそ(大豆)	じゃが芋	白菜 人参 えのき草 ねぎ でこぼん	かつお節
	みそ汁				
	くだもの				
	牛乳	牛乳	米 麦		
15日 (金)	麦ごはん	豚肉	じゃがいも 大豆油 三温糖	玉葱 人参 いんげん 長ねぎ しいたけ しょうが こんにやく	かつお節 醤油 みりん 酒
	肉じゃが	納豆(大豆) 麦みそ(大豆)	大豆油 三温糖	ねぎ	塩
	納豆みそ	のり			酒
	のり				
	フルーツ白玉		もち米粉 でんぷん	ミックスフルーツ缶詰:黄桃(も も)・洋梨・ぶどう・パイナップル・チェリー・ 砂糖) オレンジジュース	

18日 (月)	牛乳 麦ごはん 魚の人参ソース焼き ピーマンソテー 豆と穀物のスープ	牛乳 ホキ 白みそ(大豆) 無添加ウインナー(豚肉・大豆) ガルバンゾー えんどう 大豆 レンズ豆 あずき 無添加ベーコン(豚肉・大豆)	米 麦 マヨネーズ(卵・大豆・りんご) 大豆油 玄米 黒米 もち麦 押麦 大豆油	人参 ピーマン 赤ピーマン コーン キャベツ 玉葱 人参 セロリ パセリ	醤油 塩 こしょう 鶏骨 醤油 塩 こしょう
19日 (火)	牛乳 ごはん マーボー豆腐 ごぼうとナッツの蜜がらめ くだもの	牛乳 豚ひき肉 豆腐(大豆) 赤みそ(大豆)	米 ごま油(ごま・大豆) でん粉 大豆油 アーモンド ごま 小麦粉 大豆油 三温糖 水あめ	玉葱 人参 たけのこ いら きくらげ しいたけ にんにく ごぼう 黄桃(もも)	甜麺醤(小麦・大豆・ごま) 塩 豚骨 豆板醤(大豆) 醤油 醤油 みりん 酒 塩 醤油 塩 かつお節 だし昆布 醤油 塩
20日 (水)	牛乳 麦ごはん 鶏肉の照焼き 切り干し大根炒め もずくのすまし汁 くだもの	牛乳 鶏肉 ちきあぎ 糸けずり もずく 豆腐(大豆) 卵	米 麦 三温糖 はちみつ 大豆油 三温糖 大豆油 三温糖 えのき茸 人参 ねぎ 清見みかん	にんにく 切り干し大根 人参 からし菜 えのき茸 人参 ねぎ 清見みかん	醤油 塩 かつお節 だし昆布 醤油 塩
21日 (木)	牛乳 クアアージュシー スルレーグワーの から揚げ 酢みそ和え タンナフアクル	牛乳 豚肉 大豆 昆布 ちきあぎ きびなご わかめ 甘口白みそ(大豆) 卵	米 麦 大豆油 小麦粉 でん粉 大豆油 三温糖 小麦粉 黒糖	ごぼう 人参 ねぎ しいたけ 小松菜 もやし 大根 人参 きゅうり	かつお節 醤油 酒 塩 塩 こしょう ガーリックパウダー 酢 塩 ベーキングパウダー
22日 (金)	牛乳 コッパパン 鮭のみそマヨ焼き パンブキンスープ プロッコリーとしめじの ソテー くだもの	牛乳 脱脂粉乳(乳) 鮭 赤・白みそ(大豆) 白いんげん豆 生クリーム(乳) 鶏肉 無添加ウインナー(豚肉・大豆)	小麦粉 砂糖 ショートニング(大豆) マヨネーズ(卵・大豆・りんご) 三温糖 マーガリン(乳・大豆・豚肉) 小麦粉 じゃがいも 大豆油	かぼちゃ 玉葱 セロリ パセリ プロッコリー しめじ 人参 ニューサーマー	鶏骨 塩 こしょう 醤油 塩 こしょう 醤油 塩 こしょう
25日 (月)	牛乳 麦ごはん ビーフカレー ゆでたまご 大根ピクルス	牛乳 牛肉 卵	米 麦 じゃがいも 小麦粉 大豆油 マーガリン(乳・大豆・豚肉) ごま 砂糖	人参 玉葱 ピーマン セロリ かぼちゃ にんにく 大根 ピクルス べつたら漬	豚骨 チャツネ(りんご) カレー粉 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) 塩 酢 塩
26日 (火)	牛乳 もちきびごはん さんまの梅煮 からし菜炒め もやしのみそ汁 アーモンド	牛乳 さんま 昆布 ちきあぎ 豆腐(大豆) ツナ 油揚げ(大豆) 赤・麦みそ(大豆)	米 もちきび 砂糖 大豆油 アーモンド 植物油脂	梅肉 からし菜 人参 キャベツ もやし 人参 ねぎ	醤油 醤油 塩 かつお節 塩
27日 (水)	牛乳 梅ごはん 豚肉の生姜焼き 磯和え くだもの	牛乳 豚肉 昆布 豚肉 のり	米 大豆油 ごま 三温糖 ごま 三温糖	大根 人参 ねぎ かりかり梅 しょうが チンゲン菜 白菜 きゅうり 人参 清見みかん	かつお節 醤油 みりん 酒 塩 醤油 みりん 酒 醤油 酢
28日 (木)	牛乳 中身そば 芋天ぷら ふだん草のごま和え	牛乳 豚中身 豚肉 卵	沖繩そば麺(小麦) さつまい 小麦粉 大豆油 すりごま ねりごま 三温糖 ごま油(ごま・大豆)	しいたけ ねぎ ふだん草 きゅうり 人参	豚骨 かつお節 醤油 塩 塩 酢 塩 醤油