

平成30年度

対象:小学校1年生用
4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品目を含まず和え物(サラダ類、フルーツ和えを含む)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
---------------	----------------------

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)、しらすやテリメン、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。

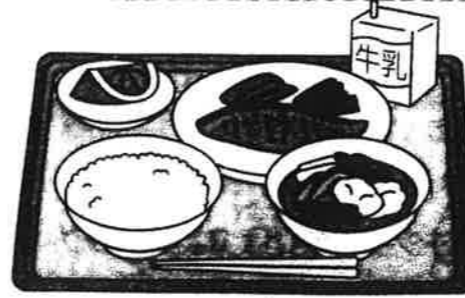
曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料
10日 (火) 入学式	<p>ご入学おめでとうございます。 今までと環境が変わり、期待ややる気に満ちている反面、知らず知らずのうちにストレスや疲れをためやすい時期です。元気に学校生活を送れるように、1日3回の食事と、睡眠をきちんとする習慣をつけましょう。学校給食では、安全や衛生に配慮し、栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期の心と体の発達を支えていきたいと思ひます。1年間よろしくお願ひいたします。</p>				

11日 (水) 補食給食	牛乳	牛乳			
	コッペパン	脱脂粉乳	小麦粉 さとう ショートニング(だいたず)		イースト 塩
	オムレツ	卵	でん粉 植物油脂(なたね)		だし汁(小麦、だいたず) 塩
12日 (木) 補食給食	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
13日 (金) 補食給食	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 酒
	おぼろぎ 青じそ餃子	ぶた肉 だいたず とり肉	ごま油 でん粉 小麦粉 パン粉(小麦、乳、だいたず)植物油脂(だいたず)	キャベツ 青じそ なら 長ねぎ しょうが にんにく	しょうゆ(小麦、だいたず) オイスターソース(だいたず) 塩
16日 (月) 補食給食	牛乳	牛乳			
	コッペパン	脱脂粉乳	小麦粉 さとう ショートニング(だいたず)		イースト 塩
	チキンの マーメレード焼き	とり肉	マーメレード		薄口しょうゆ(小麦、だいたず) 酒 みりん

17日 (火) 補食給食	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	焼きししゃも	ししゃも			塩 こしょう 酒
18日 (水) 完全給食開始	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	豚汁	ぶた肉 油あげ(だいたず) 赤みそ・白みそ(だいたず)		にんじん だいこん ごぼう こんにやく ねぎ	かつお節 ぶた骨
	里芋のそぼろ煮	とりひき肉 だいたず	さとも だいたず油 でん粉	だいこん 玉ねぎ いんげん	しょうゆ みりん 塩 かつお節
19日 (木)	魚の西京焼き	ホキ 甘口白みそ(だいたず)	三温糖		みりん 薄口しょうゆ
	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
20日 (金)	チキンカレー	とり肉 だいたず 脱脂粉乳	じゃがいも 小麦粉 だいたず油 マーガリン(乳、だいたず、ぶた肉)	セロリ にんじん 玉ねぎ ピーマン かぼちゃ なす にんにく りんご	ぶた骨 とりがら 赤ワイン ケチャップ カレー粉 塩 チャツネ(りんご) ウスターソース(だいたず、りんご) デミグラスソース(小麦、とり肉) カレールウ(小麦、だいたず、とり肉、牛肉)
	白菜のゆかり漬	糸けずり節	さとう 三温糖	きゅうり 白菜 赤しそ	塩 特濃酢(小麦)
	ゆで卵	卵			
23日 (月)	牛乳	牛乳			
	「しょうゆラーメン」・中華めん		小麦粉 植物油脂(だいたず)		塩 かんすい
	・しょうゆスープ	なると(だいたず) かめ わ	白ごま ごま油	もやし 長ねぎ コーン しょうが にんにく	みりん しょうゆ 塩 薄口しょうゆ ぶた骨 とりがら かつお節
	肉野菜炒め	ぶた肉	だいたず油	にんじん 玉ねぎ キャベツ いんげん にんにく	塩 こしょう
23日 (月)	大学芋		さつまいも だいたず油 水あめ 三温糖 でん粉 黒ごま		しょうゆ
	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	とうふとえびのうま煮	厚あげ(だいたず) えび ぶた肉	でん粉 だいたず油	しいたけ きくらげ たけのこ にんじん いんげん もやし しょうが にんにく	酒 かつお節 しょうゆ みりん 中華の素(小麦、乳、だいたず、牛肉、ぶた肉、とり肉) 塩 オイスターソース(だいたず)
	パンバンジー サラダ	とりささみ 赤みそ(だいたず)	三温糖 白ごま ごま油	キャベツ きゅうり にんじん だいこん	しょうゆ 酢(小麦)
ターザンけす 多葉包子	ぶた肉 とり肉 ひじき	豚脂 でん粉 パン粉(小麦、だいたず、乳) さとう ごま油 小麦粉	キャベツ 玉ねぎ しょうが	しょうゆ 塩 オイスターソース(だいたず)	

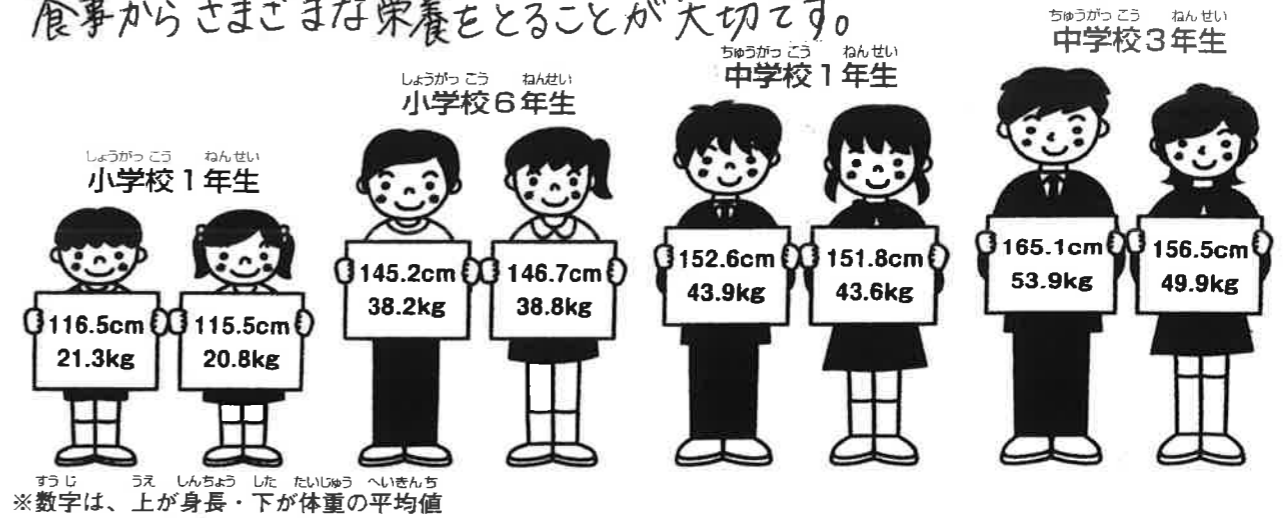
学校給食の役割

学校給食は「生きた教材」です。



学校給食は、学校で食べる「食事」ということだけでなく、栄養バランスのとれた豊かな食事で、成長期にある子どもたちの健康の増進、体位の向上を図ることはもちろん、将来にわたって健康な生活を送れるように、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるための教材となるものです。

心身ともに大きく変化していく成長期。食事からさまざまな栄養をとることが大切です。



学校給食を通して学ぶこと.....

楽しく会食すること

- 食事のマナー
- 会食を通して人間関係を深める



健康によい食事のとり方

- 栄養バランスのよい食事
- 日常の食事の大切さ



食事と安全・衛生

- 安全で衛生的な食事の準備や後片付け
- 食中毒予防 ● 自分の健康



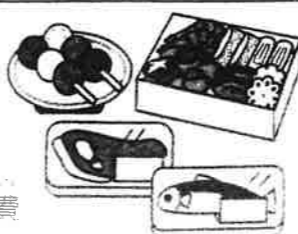
食事環境の整備

- 食事にふさわしい環境づくり
- 衛生的な盛り付け
- 環境や資源に配慮



食事と文化

- 郷土食や行事食
- 地域の食料の生産・流通・消費



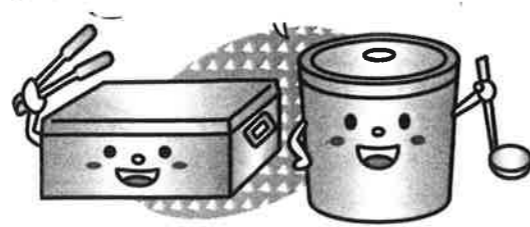
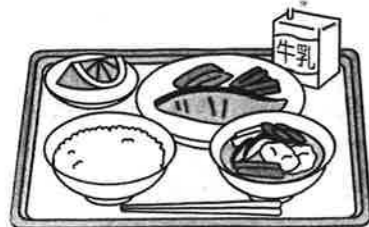
勤労と感謝

- みんなで協力して自主的に活動
- 感謝の気持ち



24日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	魚汁	赤魚 タラ 豆腐(だいたず) 麦みそ(だいたず)		だいこん にんじん	かつお節 塩
	ゆず和え	とりささみ	三温糖	もやし パパイア にんじん 食用菊 ゆずの皮 シークワーサー果汁	薄口しょうゆ 酢
25日 (水)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	厚揚げと糸こんにゃくの炒め	ぶた肉 厚あげ(だいたず)	だいたず油 でん粉	にんにく にんじん 白菜 玉ねぎ もやし しいたけ こんにゃく しょうが	しょうゆ みりん 酒 塩 かつお節
	きびなごのから揚げ	きびなご	小麦粉 でん粉 だいたず油		塩 こしょう
26日 (木)	牛乳	牛乳			
	コッペパン	脱脂粉乳	小麦粉 さとう ショートニング(だいたず)		イースト 塩
	オートミールポタージュ	とり肉 白花豆 牛乳 白いんげん豆 生クリーム(乳)	オートミール だいたず油	玉ねぎ にんじん セロリ パセリ	とりがら ぶた骨 塩 こしょう
	じゃがいもときのこソテー	ベーコン (ぶた肉 だいたず)	じゃがいも だいたず油 オリーブ油	にんじん えのき しめじエリンギ	塩 こしょう
27日 (金) 越来小 欠食	牛乳	牛乳			
	クファージュシー	ぶた肉 ひじき かまぼこ(だいたず) 油あげ(だいたず)	米 だいたず油	ごぼう にんじん ねぎ たけのこ しいたけ	しょうゆ みりん 酒 塩 かつお節
	パパヤーチャンプルー	厚あげ(だいたず) ツナ	だいたず油	パパイア にんじん なら	しょうゆ 塩 かつお節
	魚の塩焼き	さば			酒 塩 こしょう

入学・進級 おめでとうございます!



平成30年度

対象: 小学校2年生～
4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品目を含む和え物(サラダ類、フルーツ和えを含む)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
---------------	----------------------

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
10日 (火)	牛乳	牛乳			
	赤飯	ささげ	米		塩
	イナムドゥチ	ぶた肉 かまぼこ(だ いず) 甘口白みそ(だ いず)		こんにゃく しいたけ 大根 ねぎ	塩 かつお節 ぶた骨
	千切りイリチー	こんぶ ぶた肉 チキアギ(だ いず) 油あげ(だ いず)	だ い ず 油 こ め 油	切干し大根 にんじん こんにゃく	しょうゆ(小麦、だ いず) み り ん 塩 酒 ぶ た 骨
	紅いもごまだん ご		紅いも もち粉 白ご ま さとう 白玉粉 水 あめ ラード だ い ず 油		塩
11日 (水)	牛乳	牛乳			
	チキンピラフ	とり肉	米 マーガリン(乳、だ いず、ぶた肉) だ い 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 塩 こしょう
	キャベツソテー	ぶた肉	だ い ず 油	キャベツ もやし にんじん コーン	塩 こしょう
	オムレツ	卵	でん粉 植物油脂(なた ね)		だし汁(小麦、だ いず) 塩
12日 (木)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	肉じゃが	ぶた肉	じゃがいも 三温糖 だ い ず 油	にんじん 玉ねぎ こんにゃく しいたけ にら しょうが	しょうゆ みりん 塩 酒 かつお節
	魚の花園焼き	ホキ チーズ(乳)	マヨネーズ(卵、だ いず、りんご)	ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン	塩 こしょう 酒
	納豆	だ い ず	さとう		しょうゆ 塩 みりん 酢(小 麦) かつおエキス

13日 (金)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	麻婆豆腐	とうふ(だ いず) ぶたひき肉 だ いず テンメンジャン(小麦、 だ い ず、ゴマ) 赤みそ(だ いず)	三温糖 ごま油 でん粉 だ い ず 油	玉ねぎ にんじん たけのこ 長ねぎ にら きくらげ しいたけ しょうが にんにく	トウバンジャン オイスターソース(だ いず) しょうゆ
	山菜の中華和 え	ハム(ぶた肉、だ いず、 とり肉)	はるさめ 白ごま ごま油 三温糖	わらび ぜんまい えのき たけのこ ふき きくらげ きゅうり にんじん シークワー サー果汁	薄口しょうゆ(小麦、だ いず) 塩
あお 青じそ餃子	ぶた肉 だ いず とり肉	ごま油 パン粉(小麦、 乳、だ いず) でん粉 小麦粉 植物油脂(だ いず)	キャベツ 青じそ にら 長ねぎ しょうが にんにく	しょうゆ オイスターソース(だ いず) 塩	
16日 (月)	牛乳	牛乳			
	コッペパン	脱脂粉乳	小麦粉 さとう ショートニング(だ い ず)		イースト 塩
	パンプキンスー プ	あさり 脱脂粉乳 生クリーム(乳)	小麦粉 マーガリン (乳、だ いず、ぶた肉) だ い ず 油	かぼちゃ 玉ねぎ セロリ パセリ	塩 こしょう とりがら ぶた骨
	あ め 豆サラダ	ひよこ豆 レッドキド ニー 白いんげん豆 ハム(ぶた肉、だ いず、 とり肉)	三温糖 ごま油 白ご ま	キャベツ にんじん きゅうり コーン	塩 しょうゆ りんご酢 酢
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	
17日 (火)	牛乳	牛乳			
	キムチチャーハ ン	ぶた肉	米 さとう マーガリン (乳、だ いず、ぶた肉) だ い ず 油	白菜 玉ねぎ にんじ ん りんご にんにく しょうが 赤ピーマン コーン	塩 しょうゆ こんぶエキス かつおエキス(さば) 唐辛 子 白ワイン ぶた骨 こしょう 薄口しょうゆ みりん
	中華炒め	とり肉	ごま油 でん粉 だ い ず 油	チンゲン菜 もやし にんじん 玉ねぎ しめじ たけのこ にんにく しょうが	オイスターソース(だ いず) しょうゆ 酒 みりん
	焼きししゃも	ししゃも			塩 こしょう 酒
18日 (水)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	豚汁	ぶた肉 油あげ(だ いず) 赤みそ・白みそ (だ いず)		にんじん だいこん ごぼう こんにゃく ねぎ	かつお節 ぶた骨
	里芋のそぼろ煮	とりひき肉 だ いず	さといも だ い ず 油 でん粉	だいこん 玉ねぎ いんげん	しょうゆ みりん 塩 かつお節
魚の西京焼き	ホキ 甘口白みそ(だ いず)	三温糖		みりん 薄口しょうゆ	

19日 (木)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	チキンカレー	とり肉 だいた 脱脂粉乳	じゃがいも 小麦粉 マーガリン(乳、だいた、ぶた肉) だいた 油	セロリ にんじん 玉ねぎ ピーマン かぼちゃ なす にんにく りんご	ぶた骨 とりがら ウスターソース(だいた、りんご) 赤ワイン ケチャップ デミグラスソース(小麦、とり肉) 塩 カレー粉 カレールウ(小麦、だいた、とり肉、牛肉) チャツネ(りんご)
	白菜のゆかり漬	糸けずり節	さとう 三温糖	きゅうり 白菜 赤しそ	塩 特濃酢(小麦)
	ゆで卵	卵			
20日 (金)	牛乳	牛乳			
	《しょうゆラーメン》 ・中華めん		小麦粉 植物油脂(だいた)		塩 かんすい
	・しょうゆスープ	なると(だいた) わかめ	白ごま ごま油	もやし 長ねぎ コーン しょうが にんにく	みりん しょうゆ 薄口しょうゆ 塩 ぶた骨 とりがら かつお節
	肉野菜炒め	ぶた肉	だいた 油	にんじん 玉ねぎ キャベツ いんげん にんにく	塩 こしょう
大学芋		さつまいも だいた 油 水あめ 三温糖 だいた 粉 黒ごま		しょうゆ	
23日 (月)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	とうふとえびの うま煮	厚あげ(だいた) えび ぶた肉	でん粉 だいた 油	しいたけ きくらげ たけのこ にんじん いんげん もやし しょうが にんにく	酒 かつお節 しょうゆ みりん 中華の素(小麦、乳、だいた、牛肉、ぶた肉、とり肉) オイスターソース(だいた) 塩
	パンバンジー サラダ	とりささみ 赤みそ(だいた)	三温糖 白ごま ごま油	キャベツ きゅうり にんじん だいこん	しょうゆ 酢
	ターサイ/ハクサイ 多菜包子	ぶた肉 とり肉 ひじき	豚脂 でん粉 パン粉(小麦、だいた、乳) さとう ごま油 小麦粉	キャベツ 玉ねぎ しょうが	しょうゆ オイスターソース(だいた) 塩
24日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	魚汁	赤魚 タラ 豆腐(だいた) 麦みそ(だいた)		だいこん にんじん	かつお節 塩
	ゆず和え	とりささみ	三温糖	もやし パパイア にんじん 食用菊 シークワーサー果汁 ゆずの皮	薄口しょうゆ 酢
さつま揚げ	イトヨリタイ タラ	さとう とうもろこしでんぶん ばれいしょでんぶん	キャベツ にんじん 玉ねぎ えだ豆(だいた)	塩	

25日 (水)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	厚揚げと 糸こんにゃくの 炒め	ぶた肉 厚あげ(だいた)	だいた 油 でん粉	にんにく にんじん 玉ねぎ 白菜 もやし しいたけ こんにゃく しょうが	しょうゆ みりん 酒 塩 かつお節
	きびなごのから 揚げ	きびなご	小麦粉 でん粉 だいた 油		塩 こしょう
アーサ入り油 みそ	アーサ 甘口白みそ・赤みそ(だいた) ツナ	三温糖 だいた 油		みりん 酒	
26日 (木)	牛乳	牛乳			
	コッペパン	脱脂粉乳	小麦粉 さとう ショートニング(だいた)		イースト 塩
	オートミール ポタージュ	とり肉 白花豆 白いんげん豆 生クリーム(乳) 牛乳	オートミール だいた 油	玉ねぎ にんじん セロリ パセリ	とりがら ぶた骨 塩 こしょう
	じゃがいもとき のコンテ	ベーコン(ぶた肉 だいた)	じゃがいも だいた 油 オリーブ油	にんじん えのき しめじ エリンギ	塩 こしょう
さくらゼリー		さとう 水あめ	さくらんぼ果汁 レモン果汁		
27日 (金) 越来小 欠食	牛乳	牛乳			
	クファージュ シー	ぶた肉 ひじき かまぼこ(だいた) 油あげ(だいた)	米 だいた 油	ごぼう にんじん たけのこ ねぎ しいたけ	しょうゆ みりん 酒 塩 かつお節
	パパイヤチャン プルー	厚あげ(だいた) ツナ	だいた 油	パパイヤ にんじん いら	しょうゆ 塩 かつお節
	魚の塩焼き	さば			酒 塩 こしょう

にゅう がく しん きゅう
ご入学・ご進級おめでとうございます 

はな たよ がくち さ きせつ
 花の便りが各地で聞かれる季節になりました。いよいよ新年度のスタートです。
 こ ども たが げんき げんき げんき げんき
 子どもたちが元気に学校生活を送れるように、安心・安全に留意し、心を込めて
 給食を作っていきます。1年間よろしくお願ひ致します。

楽しい給食時間になるように、こんなことを守りましょう

箸よく、ごはんや汁物のおわんは手に持って食べる
 食べているときは立ち歩かない
 友達が嫌がるような汚い話をしない
 口に食べ物が入っているときは話をしない

