

1. 予定(アレルギー詳細)献立表は、食品表示法に定められている27品目を表示しています。

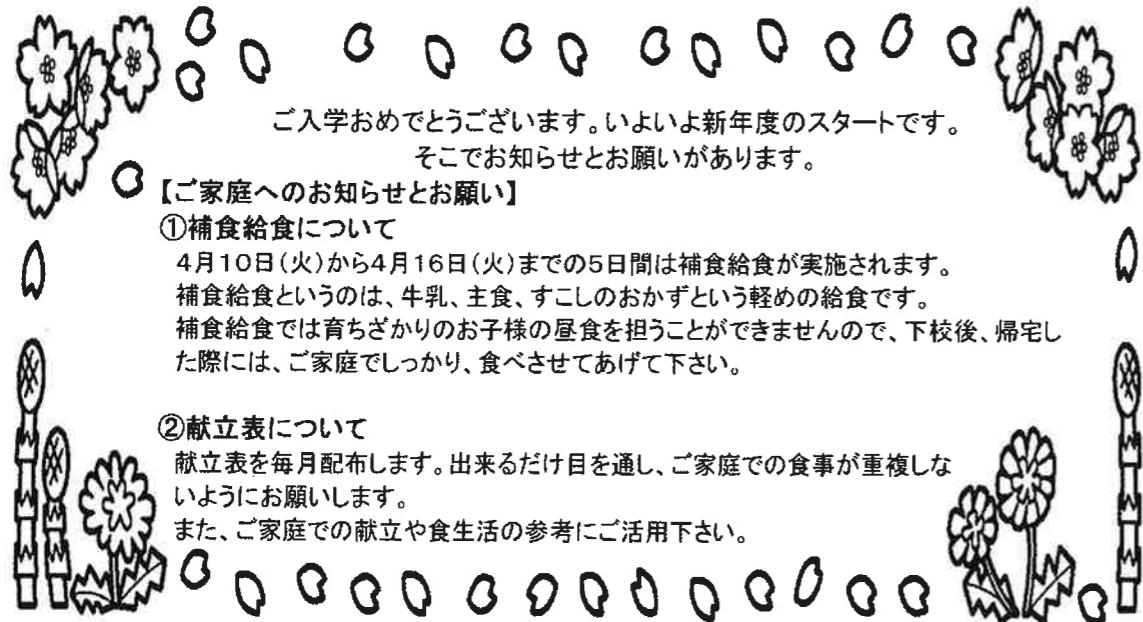
特定原材料(表示義務)7品目	特定原材料に準ずる(表示の推奨)20品目
卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに	あわび いか いくら さけ さば 牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン 大豆 ごま くるみ カシューナッツ オレンジ キウイフルーツ バナナ もも りんご まつたけ やまいも

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。
()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・フルーツ和えを含む)などです。

除去食対応アレルゲン6品目	卵 乳 えび かに いか たこ
---------------	-----------------

- 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。
- 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。
- 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。
- あさりなどの二枚貝には「かに」が共生しています。
- 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。
- 調味料欄に表示がなくても、塩、こしょう、さとう、酒、酢(小麦)、しょうゆ(小麦 だいたい)、みりん、でんぷんを使用する場合があります。



ご入学おめでとうございます。いよいよ新年度のスタートです。
そこでお知らせとお願いがあります。

【ご家庭へのお知らせとお願い】

①補食給食について

4月10日(水)から4月16日(火)までの5日間は補食給食が実施されます。
補食給食というのは、牛乳、主食、すこしのおかずという軽めの給食です。
補食給食では育ちざかりのお子様の昼食を担うことができませんので、下校後、帰宅した際には、ご家庭でしっかり、食べさせてあげてください。


②献立表について

献立表を毎月配布します。出来るだけ目を通し、ご家庭での食事が重複しないようにお願いします。
また、ご家庭での献立や食生活の参考にご活用下さい。

日付	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 (水)	牛乳 ごはん しょうまい 焼売 くだもの	牛乳 とうふ(だいたい) 卵白、魚肉すり身 だいたい粉	米 小麦粉、でんぷん 豚脂、なたね油、さとう	玉ねぎ、さやいんげん ねぎ、きゃべつ にんじん、たけのこ くだもの	塩、しょうゆ

11日 (木)	牛乳 麦ごはん 焼きししゃも アーサ入り油みそ	牛乳 ししゃも アーサ、甘口白みそ (だいたい)、赤みそ(だ いたい)、ツナ	米、麦 三温糖、だいたい油		酒、塩 みりん、酒
12日 (金)	牛乳 コッパン ウィンナー くだもの	牛乳 脱脂粉乳 ウィンナー(豚)	小麦粉、さとう ショートニング(だいたい)		イースト、塩
15日 (月)	牛乳 あわごはん 魚のみそマヨ焼き くだもの	牛乳 ホキ 白みそ(だいたい)	米、あわ マヨネーズ(卵、だいたい ず、りんご)、三温糖	玉ねぎ、にんじん ブロッコリー くだもの	酒
16日 (火)	牛乳 麦ごはん ぎょうざ 餃子 (2個付け) くだもの	牛乳 ぶた肉、とり肉 だいたい	米、麦 ごま油、小麦粉、 パン粉(小麦 乳 だいたい ず) 植物油脂、でんぷん	 きゃべつ、青じそ にら、長ねぎ しょうが、にんにく くだもの	しょうゆ、塩 オイスターソース(だいたい)
17日 (水)	牛乳 五穀ごはん カレーライス ゆで卵 フルーツミックス	牛乳 とり肉、牛乳、だいたい	米、胚芽押麦、丸麦 もちきび、黒米、赤米 じゃがいも、小麦粉、 マーガリン(乳、だいたい ず、ぶた肉)、だいたい油	セロリー、にんじん 玉ねぎ、ピーマン かぼちゃ、なす にんにく、りんご くだもの	ぶた骨、とり骨、赤ワイン ウスターソース(だいたい、りん ご)、ケチャップ、カレー粉 デミグラスソース(小麦、とり 肉)、塩、チャツネ(りんご)、 カレールウ(小麦、とり肉、牛 肉、だいたい)、 パイ、みかん 黄桃、ぶどう、アロエ シークワサー果汁
18日 (木)	牛乳 山菜おこわ 白菜ちりめん さつま揚げ	牛乳 とり肉 しらすぼし こんぶ 糸よりタイ スケソウダラ	米、もち米、白ごま だいたい油 三温糖、白ごま さとう、でんぷん	木くらげ、人参、わらび ふき、ぜんまい、ごぼう たけのこ、えのき茸 しいたけ 白菜、にんじん きゃべつ、にんじん、 玉ねぎ えだまめ(だいたい)	薄口しょうゆ、塩、みりん、酒 かつお節 しょうゆ、酢、塩 塩

19日 (金)	牛乳 胚芽パン	牛乳 脱脂粉乳	小麦粉、さとう、胚芽 ショートニング(だいた)	イースト 塩
	パンキンスープ	あさり、牛乳 生クリーム(乳)	小麦粉、だいた油 マーガリン(乳、だいた)、 ぶた肉)	かぼちゃ、玉ねぎ セロリー、パセリ
	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)、 とりに肉)	三温糖 ごま油、白ごま	きゃべつ、にんじん きゅうり、コーン
	チキンの マーレード焼き	とりもも肉	マーレード	薄口しょうゆ、酒、みりん
22日 (月)	牛乳 麦ごはん	牛乳	米、麦	
	肉じゃが	ぶた肉	じゃがいも、だいた油	にんじん、玉ねぎ 糸こんにゃく しいたけ、にら
	魚のカップ焼き	ホキ、チーズ(乳)	パン粉(小麦、だいた)	コーン
	納豆	だいた	さとう	しょうゆ、みりん、塩、酢 かつおエキス
くだもの (中学校のみ)			くだもの	
23日 (火)	牛乳 麦ごはん	牛乳	米、麦	
	魚汁	赤魚、アーサ とうふ(だいた) 麦みそ(だいた) 赤みそ(だいた)	大根、ねぎ	かつお節
	からし菜の ツナあえ	ツナ	三温糖	しょうゆ、酢、塩
	たろいもの から揚げ		タロイモ、でんぶ 小麦粉、三温糖 だいた油	みりん しょうゆ
24日 (水)	牛乳 チキンピラフ	牛乳 とりに肉	米、だいた油 マーガリン(乳、だいた)、 ぶた肉)	にんじん、玉ねぎ ピーマン、黄ピーマン
	ベーコン きゃべつソテー	ベーコン(ぶた肉、だいた)	だいた油	きゃべつ、こまつな コーン、しめじ にんじん
	オムレツの トマトソースがけ	卵	三温糖、だいた油 でんぶ、植物油	玉ねぎ、ピクルス マッシュルーム
	くだもの (小学校のみ)			デミグラスソース(小麦、とりに肉) ウスターソース(だいた、りんご)、 ケチャップ、塩
くだもの			くだもの	

25日 (木) 越来小 美原小 欠食	牛乳 【沖縄そば】 ・沖縄そばめん ・そば汁	牛乳 ぶたロース肉 丸長かまぼこ(だいた)	小麦粉 植物油(だいた)		塩、かん水 みりん、酒、しょうゆ 薄口しょうゆ、塩 ぶた骨、かつお節
	野菜いため	ぶた肉、とりに肉 厚あげ(だいた)	だいた油	しいたけ、ねぎ しょうが	しょうゆ、みりん 酒、塩
	エバの唐揚げ	エバ	小麦粉、でんぶ だいた油	きゃべつ、にんじん こまつな、もやし にんにく	塩、こしょう
	牛乳 麦ごはん	牛乳	米 麦	青豆(だいた)、大根 にんじん、ごぼう こんにゃく、れんこん しいたけ	しょうゆ、みりん、塩 かつお節
26日 (金) 北美小 欠食	根菜のいため煮	とりに肉、だいた ちくわ	さといも、三温糖 だいた油、ごま油	レモン果汁、シークワ サー果汁	酒、塩、こしょう、酢 りんご酢
魚のシークワサー ソースがけ	さば	でんぶ、三温糖	大根葉、	酒、みりん、しょうゆ	
ふりかけ	しらすほし 糸けずり節	白ごま、ごま油			



新年度が始まりました。希望に胸をふくらませ、新たな一歩を踏み出したことでしょう。今年度も成長期のみなさんの心と体の健康を支えるため、安心・安全で栄養バランスのとれた美味しい給食を提供していきます。どうぞよろしくお願ひします。

第2調理場職員一同より

給食の約束

みんなで楽しく食べるため、一人ひとりが意識して取り組みましょう。

給食の前に手をきれいに洗う

協力して準備を行う

あいさつをきちんとする

姿勢を正しくし、よくかんで食べる

汚い話や気持ちの悪い話をしない

決められた時間内に食べ終える

食器は大切に使う





1. 予定(アレルギー詳細)献立表は、食品表示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 バナナ 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。
()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・フルーツ和えを含む)などです。

除去食対応アレルゲン6品目	卵 乳 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。

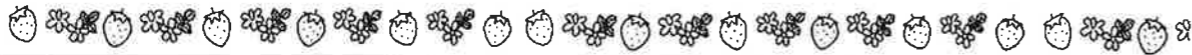
4. しょうゆは(小麦・大豆)、酢、特濃酢は(小麦)の成分を含んでいます。
月はじめで使用した日のみ、アレルゲンを表示しています。その日以降は表示していませんが、アレルゲンは同じです。

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. あさりなどの二枚貝には「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。

8. 調味料欄に表示がなくても、塩、こしょう、さとう、酒、酢(小麦)、しょうゆ(小麦 だいたい)、みりん、でんぷんを使用する場合があります。



日付	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	
9日 (火)	牛乳 黒米ごはん 中身汁 スーナー	牛乳 ぶた中身 ぶたロース肉	米、黒米	こんにやく、しょうが しいたけ、ねぎ	しょうゆ(小麦、だいたい) 塩、かつお節、ぶた骨	
★入学 進級 祝い 献立	スーナー	とうふ(だいたい)、ツナ 口白みそ(だいたい)	三温糖、白ねりごま	ほうれん草、にんじん こんにやく	特濃酢(小麦)	
小1年 欠食	紅いもごまだんご		紅いも、だいたい油 もち粉、白ごま さとう、白玉粉 水あめ、ラード(ぶた 肉、牛肉、だいたい)		塩	
10日 (水)	牛乳 キムチチャーハン パンパンジー 棒棒鶏サラダ しゅうまい 焼売	牛乳 ぶた肉	米 マーガリン(乳、だいたい ず、ぶた肉) だいたい油	白菜、玉ねぎ、りんご にんじん、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) とうがらし、ぶた骨、こしょう 薄口しょうゆ(小麦、だいたい) みりん 白ワイン キムチの素(りんご、いか、 だいたい)	しょうゆ、酢(小麦) 塩、しょうゆ
		とりささみ 赤みそ(だいたい)	三温糖、白ごま ごま油	きゃべつ、きゅうり にんじん、だいこん	しょうゆ、酢(小麦)	
		とうふ(だいたい) 卵白、魚肉すり身 だいたい粉	小麦粉、でんぷん 豚脂、なたね油、さとう	玉ねぎ、さやいんげん ねぎ、きゃべつ にんじん、たけのこ	塩、しょうゆ	

11日 (木)	牛乳 麦ごはん 厚あげと 糸こんにやくの いため アーサ入り 油みそ 焼きししゃも	牛乳 牛肉 厚あげ(だいたい) アーサ、甘口白みそ (だいたい)、赤みそ(だ いたい)、ツナ ししゃも	米、麦 だいたい油 でんぷん 三温糖、だいたい油	にんにく、にんじん たまねぎ、こまつな 白菜、しいたけ 糸こんにやく、しょうが 	しょうゆ、みりん、酒、塩 かつお節 みりん、酒 酒、塩
12日 (金)	牛乳 コッペパン きゃべつと あさりの クリーム煮 温野菜サラダ くだもの	牛乳 脱脂粉乳 ベーコン(ぶた肉、だ いたい)、あさり、牛乳 生クリーム(乳) ハム(ぶた肉、だ いたい)、とり肉)	小麦粉、さとう ショートニング(だいたい) じゃがいも、小麦粉 マカロニ(小麦) マーガリン(乳、だ いたい)、ぶた肉) だいたい油 三温糖、白ごま ごま油	にんじん、玉ねぎ きゃべつ、しめじ パセリ ブロッコリー、コーン カリフラワー、にんじん きゅうり、きゃべつ くだもの	イースト、塩 塩、こしょう とり骨 しょうゆ、酢、りんご酢、塩
15日 (月)	牛乳 あわごはん だんご汁 ゆずあえ 魚のみそマヨ焼き	牛乳 とり肉 なると巻き(だいたい) とりささみ ホキ 白みそ(だいたい)	米、あわ 白玉だんご 三温糖 マヨネーズ(卵、だ いたい)、りんご)、三温糖	しいたけ、にんじん 大根、ほうれん草 白菜、大根、こまつな にんじん、ゆず皮 シークワサー果汁 玉ねぎ、にんじん ブロッコリー	 だしこんぶ、かつお節、塩 薄口しょうゆ、みりん 薄口しょうゆ、酢 酒
16日 (火)	牛乳 麦ごはん マーボードウフ 麻婆豆腐 中華和え ぎょうざ 餃子	牛乳 とうふ(だいたい) ぶたひき肉、だいたい 甜麺醬(小麦、だ いたい)、ごま) 赤みそ(だいたい) ハム(ぶた肉、だ いたい)、とり肉) ぶた肉、とり肉 だいたい	米、麦 三温糖、ごま油 でんぷん、だいたい油 はるさめ、白ごま ごま油、三温糖 ごま油、小麦粉、 パン粉(小麦 乳 だ いたい) 植物油脂、でんぷん	玉ねぎ、にんじん たけのこ、長ねぎ にら、木くらげ しいたけ、しょうが にんにく 木くらげ、わらび ふき、ぜんまい たけのこ、えのき茸 きゅうり シークワサー果汁 きゃべつ、青じそ にら、長ねぎ しょうが、にんにく	トウバンジャン、しょうゆ オイスターソース(だいたい) 塩、ぶた骨、 薄口しょうゆ 塩 しょうゆ、塩 オイスターソース(だいたい)

17日 (水)	牛乳 五穀ごはん	牛乳	米、胚芽押麦、丸麦 もちぎび、黒米、赤米		ぶた骨、とり骨、赤ワイン ウスターソース(だいず、りんご)、ケチャップ、カレー粉 デミグラスソース(小麦、とり肉)、塩、チャツネ(りんご)、 カレールー(小麦、とり肉、牛肉、だいず)、
	カレーライス	とり肉、牛乳、だいず	じゃがいも、小麦粉、 マーガリン(乳、だいず、 ぶた肉)、だいず油	セロリー、にんじん 玉ねぎ、ピーマン かぼちゃ、なす にんにく、りんご	
	ゆで卵 フルーツミックス	卵	さとう	パイン、みかん 黄桃、ぶどう、アロエ シークワサー果汁	
18日 (木)	牛乳 山菜おこわ	牛乳 とり肉	米、もち米、白ごま だいず油	木くらげ、人参、わらび ふき、ぜんまい、ごぼう たけのこ、えのき茸 しいたけ	薄口しょうゆ、塩、みりん、酒 かつお節
	白菜ちりめん	しらすぼし こんぶ	三温糖、白ごま	白菜、にんじん	しょうゆ、酢、塩
	さつま揚げ	糸よりタイ スケウダラ	さとう、でんぷん	きやべつ、にんじん、 玉ねぎ えだまめ(だいず)	塩
19日 (金)	牛乳 胚芽パン	牛乳 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
	パンプキンスープ	あさり、牛乳 生クリーム(乳)	小麦粉、だいず油 マーガリン(乳、だいず、 ぶた肉)	かぼちゃ、玉ねぎ セロリー、パセリ	塩、こしょう とり骨、ぶた骨
	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、だいず、 とり肉)	三温糖 ごま油、白ごま	きやべつ、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	とりもも肉	マーマレード		薄口しょうゆ、酒、みりん
22日 (月)	牛乳 麦ごはん	牛乳	米、麦		
	肉じゃが	ぶた肉	じゃがいも、だいず油	にんじん、玉ねぎ 糸こんにやく しいたけ、にら	しょうゆ、みりん、酒、塩 かつお節、薄口しょうゆ
	魚のカップ焼き	ホキ、チーズ(乳)	パン粉(小麦、だいず)	コーン	塩、こしょう
	納豆 くだもの (中学校のみ)	だいず	さとう	くだもの	しょうゆ、みりん、塩、酢 かつおエキス

23日 (火)	牛乳 麦ごはん	牛乳	米、麦		
	魚汁	赤魚、アーサ とうふ(だいず) 麦みそ(だいず) 赤みそ(だいず)	大根、ねぎ		かつお節
	からし菜の ツナあえ	ツナ	三温糖	からし菜、にんじん もやし、シークワサー果汁	しょうゆ、酢、塩
たろいもの から揚げ		タロイモ、でんぷん 小麦粉、三温糖 だいず油		みりん しょうゆ	
24日 (水)	牛乳 チキンピラフ	牛乳 とり肉	米、だいず油 マーガリン(乳、だいず、 ぶた肉)	にんじん、玉ねぎ ピーマン、黄ピーマン	塩、こしょう 白ワイン、とり骨
	ベーコン きやべつソテー	ベーコン(ぶた肉、 だいず)	だいず油	きやべつ、こまつな コーン、しめじ にんじん	塩、こしょう
	オムレツの トマトソースがけ	卵	三温糖、だいず油 でんぷん、植物油脂	玉ねぎ、ピクルス マッシュルーム	デミグラスソース(小麦、とり肉) ウスターソース(だいず、りんご)、 ケチャップ、塩
	くだもの (小学校のみ)		くだもの		
25日 (木)	牛乳 【沖縄そば】	牛乳			
	・沖縄そばめん		小麦粉 植物油脂(だいず)		塩、かん水
	・そば汁	ぶたロース肉 丸長かまぼこ(だいず)		しいたけ、ねぎ しょうが	みりん、酒、しょうゆ 薄口しょうゆ、塩 ぶた骨、かつお節
	野菜いため	ぶた肉、とり肉 厚あげ(だいず)	だいず油	きやべつ、にんじん こまつな、もやし にんにく	しょうゆ、みりん 酒、塩
	エバの唐揚げ	エバ	小麦粉、でんぷん だいず油		塩、こしょう
26日 (金)	牛乳 麦ごはん	牛乳	米 麦		
	根菜のいため煮	とり肉、だいず ちくわ	さといも、三温糖 だいず油、ごま油	青豆(だいず)、大根 にんじん、ごぼう こんにやく、れんこん しいたけ	しょうゆ、みりん、塩 かつお節
	魚のシークワサー ソースがけ	さば	でんぷん、三温糖	レモン果汁、シークワ サー果汁	酒、塩、こしょう、酢 りんご酢
ふりかけ	しらすぼし 糸げすり節	白ごま、ごま油	大根葉、	酒、みりん、しょうゆ	



新年度が始まりました。今年度も成長期のみなさんの心と体の健康を支えるため、安心・安全で栄養バランスのとれた美味しい給食を提供していきます。どうぞ よろしくお願いします。