

平成28年度 7・8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 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。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・かにの除去対象です。
---------------	---

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)	牛乳	牛乳			
	もずくの炊込みごはん	もずく 油あげ(大豆) あお豆(大豆) ぶた肉 三枚肉	米 麦 ごま油 大豆油	人参 しいたけ 木くらげ コーン	しょうゆ(小麦、大豆) 塩 かつお節 酒
	豆腐のきのこあんかけ	とうふ(大豆)	大豆油 でん粉 三温糖	えのき しめじ しいたけ 赤ピーマン 黄ピーマン しょうが	みりん しょうゆ 酒 かつお節
	パパイヤのさっぱり和え くだもの		三温糖	パパイヤ きゅうり シークワーサー果汁 くだもの	塩 しょうゆ 酢(小麦)
4日 (月)	牛乳	牛乳			
	あわごはん		米 あわ		
	八宝菜	ぶた肉 イカ エビ うずらの卵	ごま油 大豆油 でん粉 三温糖	人参 たまねぎ 木くらげ 竹の子 白菜 絹さや しょうが にんにく	しょうゆ みりん 酒 塩 オイスターソース(大豆)
	ひじきシュウマイ 小松菜のナムル	ぶた肉 とり肉 ひじき	さとう でん粉 小麦粉 白ごま 三温糖 ごま油	たまねぎ キャベツ しょうが しいたけ 小松菜 もやし	塩 しょうゆ しょうゆ 酢 豆板醤
5日 (火)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	イナムドゥチ	ぶた肉 甘みそ(大豆) カステラかまぼこ(卵、大豆)		こんにやく しいたけ	かつお節 塩 ぶたがら 酒
	ゴーヤーチャンプルー 手作りふりかけ	卵 ツナ ベーコン(ぶた肉、大豆) 厚あげ(大豆) しらす(えび、かに) 糸削り節 刻みのり	大豆油 三温糖 白ごま	にがうり 人参 もやし	しょうゆ こしょう 塩 酢 塩 ゆかり
6日 (水)	牛乳	牛乳			
	バジルスパゲティ	ベーコン(ぶた肉、大豆) チーズ(乳)	スパゲティ(小麦) 大豆油 オリーブ油	たまねぎ 人参 しめじ バジル にんにく ジェノバペースト(乳)	塩 しょうゆ
	魚のマスタード焼き	ホキ	マヨネーズ(卵、だいたいず、りんご)	赤ピーマン 黄ピーマン	マスタード
	ブロッコリーソテー くだもの		大豆油	ブロッコリー カリフラワー 人参 えのき くだもの	しょうゆ 塩 こしょう

7日 (木) 越来小6年 宮里中 和学級欠食	牛乳	牛乳			
	ちらしご飯		米 さとう	人参 たけのこ れんこん かんぴょう しいたけ	酢 しょうゆ チキンエキス みりん 塩 鰹エキス(小麦、大豆)
	セタソーメン汁	とり肉 魚ソーメン わかめ		人参 オクラ しいたけ	かつお節 だしこんぶ しょうゆ 塩 みりん
	星型ハンバーグ	とり肉 ぶた肉 大豆タンパク	さとう 豚脂 パン粉(小麦)	たまねぎ しょうが	塩
8日 (金) 越来小6年 美里小5年 欠食	牛乳	牛乳			
	アーサージュシー	ぶた肉 アーサ	米 麦 大豆油	れんこん チンゲン菜 たまねぎ	しょうゆ 塩 かつお節 酒
	いわしの蒲焼き	いわし	小麦粉 でん粉 三温糖 大豆油		しょうゆ 酒 みりん 塩 こしょう
	島野菜入り 人参しりしりー くだもの	卵 ツナ	大豆油	人参 小松菜 もやし 具志頭いい菜 にら くだもの	しょうゆ かつお節 塩
11日 (月) 美里小5年 欠食	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	あさりと豆腐の みそ汁	ぶた肉 とうふ(大豆) あさり 赤・白みそ(大豆)		大根 長ねぎ	かつお節 塩
	紅いもの チーズがらめ モーウィの甘酢和え	チーズ(乳) 脱脂粉乳 糸けずり節 わかめ	紅いも さつまいも 大豆油 白ごま 三温糖 三温糖	水あめ モーウィ パパイヤ きゅうり	しょうゆ 酢 塩
12日 (火)	牛乳	牛乳			
	あみパン	脱脂粉乳	中力粉(小麦) さとう ショートニング(だいたいず)		イースト 塩
	マカロニの クリーム煮	とり肉 生クリーム(乳) 脱脂粉乳	マカロニ(小麦) 小麦粉 じゃがいも 大豆油 マーガリン(乳、大豆、豚肉)	人参 ブロッコリー たまねぎ マッシュルーム にんにく	とりがら 塩 ローリエ
	魚のムニエル アスパラソテー	さわら	小麦粉 オリーブ油 大豆油		塩 こしょう 酒 アスパラ 人参 しめじ 竹の子 コーン
13日 (水) 北美小5年 欠食	牛乳	牛乳			
	《なかみそば》 ・沖縄そば		小麦粉 植物油脂(大豆)		塩 かん水
	・なかみ汁	なかみ ぶた肉 白かまぼこ(大豆)		こんにやく しいたけ しょうが	かつお節 ぶたがら 塩 しょうゆ
	のり巻たまご タナーチャンプルー	卵 のり 厚あげ(大豆) チキアギ(大豆)	植物油脂(小麦、大豆) でん粉 大豆油		塩 キャベツ からし菜 人参 もやし

14日 (木) 北美小5年 欠食	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	ごぼうの チンジャオロース	牛肉 ぶたレバー	三温糖 大豆油 でん粉	にんにくの芽 ピーマン ごぼう にんにく	しょうゆ みりん 酒 塩 豆板醤 オイスターソース(大豆)
	かぼちゃコロッケ		じゃがいも さとう パン粉(小麦、大豆) バター(乳、大豆)	かぼちゃ	塩 こしょう
バンブー	わかめ	春雨 白ごま 三温糖 ごま油	人参 きゅうり 木くらげ	しょうゆ 酢 塩	
15日 (金)	牛乳	牛乳			
	あわごはん		米 あわ		
	冬瓜のすりながし汁	とり肉	でん粉	冬瓜 人参 大根 小松菜	かつお節 塩 しょうゆ
	きびなごのから揚げ	きびなご	小麦粉 でん粉 大豆油		塩 こしょう
クレープイリチー	ぶた肉 かまぼこ(大豆) 細切りこんぶ	三温糖 大豆油	からし菜 切干大根	かつお節 しょうゆ みりん 塩 酒	
19日 (火)	牛乳	牛乳			
	ビーンズライス	レンズ豆 ひよこ豆 あお豆(大豆) 大豆	米 麦 大豆油	人参 たまねぎ コーン	とりがら 塩 白ワイン こしょう
	魚のアーモンド焼き	ホキ	アーモンド 大豆油		塩 こしょう
	●コールスローサラダ (卵)	ツナ	マヨネーズ (卵、大豆、りんご) 三温糖	キャベツ きゅうり コーン	しょうゆ 酢
くだもの			くだもの		
20日 (水)	牛乳	牛乳			
	五穀ごはん		米 もちきび 玄米 押麦 胚芽米 黒紫米		
	夏野菜カレー	とり肉 大豆 脱脂粉乳	じゃがいも 大豆油 小麦粉 マーガリン (乳、大豆、豚肉)	たまねぎ 人参 セロリ にがうり ピーマン かぼちゃ にんにく	カレールー(小麦、大豆、鶏肉、牛肉) カレー粉 ウスター(大豆、りんご) デミグラス(小麦、乳、大豆、牛肉、鶏肉、豚肉) リンゴビュレ ブルービュレ とりがら 塩 赤ワイン
	オムレツ	たまご	でん粉 植物油(小麦、大豆)		塩
フルーツポンチ			りんご ナタデココ 黄桃 洋なし ぶどう パイン さくらんぼ みかん シークワーサー果汁		

8月 24日 (水) 小学校欠食	牛乳 《タコライス》 ・麦ごはん	牛乳		米 麦	
	・タコスミート	牛ひき肉 ぶたひき肉 とりレバー 大豆	三温糖 大豆油		にんにく 人参 たまねぎ セロリ
	・ポイルキャベツ				キャベツ
	・タコライスソース ・チーズ	チーズ(乳、大豆)			トマト にんにく たまねぎ レモン果汁
わかめスープ	わかめ 卵 油揚げ	じゃがいも 白ごま		長ねぎ えのき	
25日 (木) 小学校欠食	牛乳	牛乳			
	なかよしパン	脱脂粉乳	中力粉(小麦) さとう ショートニング(だいた)		イースト 塩
	きのこの豆乳スープ	あさり とり肉 あお豆(大豆) 豆乳(大豆)	じゃがいも 麦 大豆油 コーンスターチ	人参 たまねぎ えのき マッシュルーム しめじ	とりがら ローリエ 塩 こしょう 白ワイン
	さかな 魚のピザソース焼き	ホキ チーズ(乳)		ピーマン 黄ピーマン	ケチャップ 塩 ウスター(大豆、りんご)
●コロコロサラダ (卵)	レッドキドニー	マヨネーズ アーモンド (卵、大豆、りんご)	きゅうり 人参 かぼちゃ ブロッコリー カリフラワー コーン	酢(小麦) 塩 しょうゆ	
手作りジャム		三温糖 コーンスターチ	りんご パイン レモン果汁 パインジュース		
26日 (金) 小学校欠食	牛乳	牛乳			
	あわごはん		米 あわ		
	アーサのすまし汁	アーサ とうふ(大豆)			しいたけ しょうが
	まぐろの生姜焼き	まぐろ	三温糖		しょうが
フーチャンプルー	卵 ぶた肉 油揚げ	ふ 大豆油		人参 キャベツ もやし にら	
29日 (月) 小学校欠食	牛乳	牛乳			
	煮込みうどん	ぶた肉 油揚げ	うどん 大豆油		人参 たまねぎ 長ねぎ キャベツ 小松菜 しいたけ
	野菜天ぷら	卵	小麦粉 でん粉 大豆油		ごぼう じゃがいも 人参 さつまいも にら いんげん
	大根のごまあえ	糸けずり節	白ごま 三温糖		大根 きゅうり 人参 シークワーサー果汁
くだもの				くだもの	
30日 (火)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	マーボーへちま	とうふ(大豆) ぶたひき肉 とりレバー 赤だし(大豆、さば、鶏肉) 赤みそ(大豆)	三温糖 ごま油 でん粉 大豆油		しょうが にんにく へちま 人参 たまねぎ にら 長ねぎ しいたけ
	しそ餃子	ぶた肉 とり肉	パン粉(小麦、乳、大豆) ごま油 植物油 小麦粉		キャベツ 青じそ にら ねぎ しょうが にんにく
●ゴーヤー入り 海藻サラダ (えび、かに)	わかめ こんぶ つのまた 姫とさかのり キリンサイ 糸けずり節 しらす(えび、かに)	三温糖		ゴーヤー きゅうり 赤ピーマン コーン	
31日 (水)	牛乳	牛乳			
	ひじきごはん	ぶた肉 ひじき 油揚げ チキアギ(大豆) 大豆	米 麦 大豆油		人参 ねぎ しいたけ
	魚のみそ焼き	さわら 白みそ(大豆)	三温糖		しょうが
	チキナー炒め	ぶた肉 油揚げ ツナ	大豆油		からし菜 もやし 白菜
くだもの				くだもの	

暑い夏!!
熱中症に気をつけよう☆

あつ〜い夏がやってきました。熱中症や、夏バテに気を付け、こまめに水分補給をするように心がけましょう。
ただ、暑いからと言って、クーラーにあたり過ぎたり、冷たいジュースやアイスの食べ過ぎには注意しましょうね。

〜食と子どもの健康展

日時：平成28年7月9日(土) 10時~17時まで
場所：イオン具志川店

- ・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